sale&pepe

SETTEMBRE 2012 - € 3,50

MONDADORI



Peperoni ripieni pag. 73

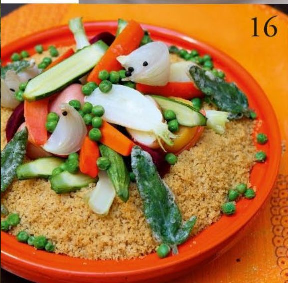
ANTIPASTI SOTTOVETRO da preparare ora e assaporare poi **CUSCUS** semplici granelli di semola per ricchi intingoli **PEPERONI** un trionfo di gusto e colore **FOCACCE DOLCI** pasta lievitata, zucchero e tanta frutta

Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 26 - Mensile - PT(Cont) € 6,00 - Lux € 6,00 - Svizzera CHF 7,50 - Svizzera C.T. CHF 7,30 - Belgio € 6,00 - Grecia € 6,00 - Germania € 7,50

SOMMARIO

SETTEMBRE 2012


28


16


62


52



34



Sale&Pepe è su Facebook!
Venite a trovarci su facebook.com/saleepepemagazine per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 8


61


92

104



Scuola

Rubriche

Hanno collaborato con noi a Settembre



LINO TURRINI
Grande appassionato dell'antica cucina mantovana, traduce i suoi studi in piatti di ricercata attualità al ristorante Corte Brandelli di Dosolo (MN). Dove produce anche mostarde, oli e cotognate. Pag. 43

NICOLÒ FARINA
Accanto a pierrade, bourguignonne e raclette, lo chef della Taverna Coppapan a La Thuile (AO) si esibisce in piatti creativi legati ai prodotti del territorio e alla stagione. Con mano felice. Pag.52



FABRIZIO FERRARI
Giovane, curioso, creativo, lo chef stellato de Al Porticciolo 84 di Lecco è in gara al Cous Cous Fest di San Vito Lo Capo (TP) con una ricetta di pesce e frutta. Che ora propone anche nel suo ristorante. Pag. 16





SCOPRI TUTTO QUELLO CHE C'È DA SAPERE SU COCA-COLA (TERREMO SEGRETA SOLO LA RICETTA)

Anno 1886. Atlanta, Georgia. Un farmacista di nome John Pemberton si mise all'opera per creare una bevanda che fosse al tempo stesso rinfrescante e dal gusto inimitabile. Si dedicò alla ricerca della miscela perfetta di ingredienti provenienti da tutto il mondo, finché trovò quella giusta. La bevanda fu chiamata Coca-Cola. I suoi ingredienti sono riportati su ogni bottiglia di Coca-Cola. Ciò che non troverete è la ricetta segreta di quel gusto inimitabile. L'esatto mix di aromi ed estratti vegetali provenienti da tutto il mondo che rimane ad oggi la formula segreta più famosa del mondo.





SVELIAMO GLI INGREDIENTI!

ACQUA

L'acqua è stata classificata dagli esperti come un elemento essenziale alla vita, seconda solo all'ossigeno. L'idratazione è fondamentale per la salute e il benessere, e una moderata disidratazione può ridurre le prestazioni fisiche, le funzioni cognitive e il livello di attenzione. Le bevande gassate, sia caloriche che a basso contenuto calorico, contengono fra l'85 e il 99% di acqua, che le rende una scelta appropriata per le tue esigenze di idratazione. È importante prestare attenzione al numero totale di calorie che si consumano in un giorno con tutti i cibi e le bevande calorici.

ZUCCHERO PER IL SAPORE DOLCE

Lo zucchero fornisce il sapore dolce di Coca-Cola ed è importante per il suo gusto delizioso. Essendo un carboidrato, fornisce 4 calorie per grammo e può servire da carburante per le nostre attività quotidiane. Lo zucchero esiste in molta frutta e verdura - una fonte di nutrienti importanti - come le carote e le banane.

ANIDRIDE CARBONICA

L'anidride carbonica è il gas naturale che espiriamo e che le piante assorbono. Il tipico effetto bollicine avviene quando l'anidride carbonica viene immessa nei liquidi sotto pressione. É questo quello che dona alle bevande gassate il loro caratteristico gusto pungente e la sensazione dissetante.

COLORANTE (CARAMELLO E 150d)*

Il caramello è uno dei coloranti per alimenti e bevande più antichi al mondo ed è utilizzato come colorante in Coca-Cola sin dal 1886! Il caramello che usiamo è molto simile a quello che chiunque può preparare nella propria cucina, riscaldando lo zucchero. I coloranti caramello sono molto diffusi nei prodotti alimentari commerciali, quali le bevande analcoliche, il pane, la birra, le salse e i condimenti, i dolciumi, i cereali per la prima colazione e i gelati.

AROMI NATURALI

Usiamo una complessa miscela di aromi naturali provenienti da una varietà di piante. Ciò che rende Coca-Cola speciale è la miscela unica di aromi di origine naturale e il modo in cui si combinano per creare il gusto unico di Coca-Cola. La tradizione di mantenere la formula di Coca-Cola un segreto ben custodito dura da 125 anni e non abbiamo intenzione di cambiarla proprio ora!

CAFFEINA NATURALE

Il gusto amaro della caffeina in Coca-Cola contribuisce a creare il gusto amato in tutto il mondo. La caffeina, consumata da centinaia di anni in molte culture, è presente in natura nei chicchi di caffè, nelle fave di cacao e nelle foglie di tè. La caffeina è uno degli ingredienti per cibi e bevande più studiati al mondo.

ACIDO FOSFORICO (E 338)*

L'acido fosforico, che contiene fosforo, contribuisce al sapore intenso delle cole. Il fosforo è un minerale molto diffuso in natura. È un importante componente di ossa e denti e si trova nel latte, nel formaggio, nella carne, nel pane, nella crusca, nei cereali per la prima colazione, nelle uova, nella frutta a guscio, nel pesce, nei succhi, nelle bevande analcoliche, ecc.

*I codici "E" rappresentano semplicemente un sistema di classificazione di alcuni ingredienti il cui utilizzo per alimenti e bevande è stato approvato nell'Unione Europea. Molti ingredienti classificati con il codice "E" sono presenti in natura e si trovano in alimenti non lavorati, fra cui la frutta e la verdura. In una mela, per esempio, sono presenti oltre 11 sostanze classificabili con il codice "E".

INDICE
LE RICETTE DI SETTEMBRE 2012

INDIRIZZI

- **Alessi**, www.alessi.it
- **Arte Pura**, www.artepura.it
- **Bitossi**, www.bitossihome.it
- **C&C Milano**, www.cec-milano.com
- **Cesi Ceramica**, www.cesiceramica.it
- **Chantal Delorme Milano**, 02 799730
- **Coin**, www.coin.it
- **Cooperativa Al Kawtar**, www.alkawtar.org
- **Côté table**, www.cote-table.com
- **Denby**, distr. da Michielotto, www.michielotto.com
- **D&M Depot**, www.dmdepot.be
- **Fasano Ceramiche**, www.fasanocnf.it
- **Fazzini**, www.fazzinispa.com
- **Fiorirà un giardino**, www.fioriraungiardino.it, via Galileo Galilei 10, Buttrio (UD), 0432 602332
- **Isi Milano**, www.isimilano.com
- **Ittala**, www.ittala.com
- **Laboratorio Pesaro**, lpdesignfactory.it
- **La fabbrica del lino**, lafabbricadellino.it
- **La gallina matta**, www.lagallinamatta.it
- **La mediterranea**, distr. da Ramponi 02 90005160
- **La porcellana bianca**, www.laporcellanabianca.it
- **Linum**, 055 7331262
- **Ottinetti**, www.ottinetti.it
- **Pordamsa**, www.pdadesign.it
- **Quagliotti**, www.quagliotti1993.it
- **Richard Ginori**, richardginori1735.com
- **Rina Menardi**, www.rinamenardi.it
- **Rosenthal**, www.rosenthal.it
- **Sambonet**, www.sambonet.it
- **Seletti**, www.seletti.it
- **Serafino Zani**, www.serafinozani.it
- **Sfera**, www.ricordi-sfera.it, 02 36552390
- **Sintesi**, www.gruppo-sintesi.com
- **Society**, www.societylimonta.com
- **Surimono**, www.surimono.it
- **Tablecloths**, www.tablecloths.it
- **Taitu**, www.taitu.it
- **Unomi**, www.unomi.it
- **Villery&Boch**, www.villeroy-boch.com
- **Weck**, weckjars.com
- **Zanetto Argenteria**, www.zanetto.com
- **Zara Home**, www.zarahome.com

DISPONIBILE L'INDICE DELLE RICETTE 2011

Richiedetelo via posta, fax o e-mail a "Servizio indici", Sale&Pepe, Arnoldo Mondadori Editore, 20090 Segrate (Mi); fax: 0275422683; e-mail: salepepe@mondadori.it. L'indice delle ricette 2011 è disponibile in versione elettronica e cartacea: verrà spedito gratuitamente ai lettori che ne faranno richiesta specificando nominativo e indirizzo.

Con noi a Roma e Milano

DOPPIO APPUNTAMENTO CON IL MONDO DELLA GASTRONOMIA D'ECCELLENZA E GLI ESPERTI CHE ABBIAMO SELEZIONATO PER VOI



A lato: l'Auditorium Parco della Musica di Roma. Sotto: gli chef di Taste of Roma.



La Scuola di cucina di Sale&Pepe arriva nella Capitale con la prima edizione di Taste of Roma (20-23 settembre, tasteofroma.it), il restaurant festival che ogni anno porta nelle grandi città del mondo il meglio dell'enogastronomia. Tutti gratuiti e organizzati in collaborazione con la Scuola di cucina Congusto, i nostri corsi offriranno l'imperdibile opportunità di approfondire tanti argomenti golosi e interessanti. Dal confronto fra la cucina romana e quella milanese alla carbonara tra tradizione e innnovazione, dallo street food alle tapas, dai dessert sprint alle lezioni a 4 mani per bambini e genitori. Il tutto nella cornice dei giardini pensili dell'Auditorium Parco della Musica, che Taste ha scelto come suggestiva sede del festival. Una vetrina della ristorazione romana d'eccellenza dove 12 fra i migliori chef della città presenteranno i loro piatti più rappresentativi in versione assaggio ("taste" in inglese) e si esibiranno in showcooking con colleghi provenienti da ogni parte d'Italia. In più, incontri con personaggi famosi nello spazio "In cucina con...", degustazioni di vini con esperti sommelier dell'AIS (Associazione Italiana Sommelier), esposizione di prodotti selezionati.

A MILANO DAL 26 SETTEMBRE

FOOD EXPERIENCE MONDADORI

Nuovo imperdibile appuntamento per gli appassionati di cucina: il 1° Festival enogastronomico di Mondadori Food, completamente gratuito, si svolgerà a Milano dal 26 al 30 settembre (in piazza Liberty). In calendario corsi con la scuola di Sale&Pepe, showcooking, sfide in cucina, laboratori educativi, degustazioni, incontri con la redazione ed esperti del food. Informazioni sugli appuntamenti: dai primi di settembre su www.corso-di-cucina.it.



Nelle foto piccole alcune immagini della Scuola di cucina di Sale&Pepe a Taste of Milano.





CONGUSTO
SCUOLA DI CUCINA DAL 2003

taste® OF ROMA

OFFERTA SPECIALE PER I LETTORI DI SALE&PEPE

Sale&Pepe ti offre uno sconto del 15% sul costo dell'ingresso! Per beneficiare della promozione vai su www.tasteofroma.it, inserisci il codice TASTE1 e acquista online il tuo ingresso scontato*!

*la promozione è valida per una persona e si riferisce al 15% di sconto sul costo dell'ingresso singolo.

Non chiamatemi pomodoro,



il mio nome è *datterino* Così Com'è.

Il datterino **Così Com'è** non è un piccolo pomodoro, ma una varietà unica e pregiata che non ammette paragoni.
In vetro, a lunga conservazione, è sempre fresco e pronto all'uso in ogni stagione. Grazie alla buccia sottile e alla sua impareggiabile dolcezza, il datterino **Così Com'è** può essere assaporato anche crudo e raggiunge l'eccellenza dopo una veloce cottura.
Il datterino **Così Com'è**, prodotto da Finagricola, è coltivato in piccoli appezzamenti di terreno nella Piana del Sele.
È raccolto a mano solo a maturazione avvenuta, controllato con meticolosità nell'intero processo produttivo, dalla semina al confezionamento, che avviene poche ore dopo il ritiro dai campi.
Così Com'è è disponibile al naturale, in succo e in passata per rendere preziosi tutti i tuoi piatti.



scopri tutta la linea su www.cosicome.eu

Così Com'è

pensa piccolo, gusta grande



Laura Maragliano

La focaccia a sorpresa

COSÌ LE PATATE PRENDONO IL POSTO DELLA FARINA IN UNA SORPRENDENTE RICETTA DEL SUD. E POI TANTI PIATTI SFIZIOSI PER COLORARE LA TAVOLA DI SETTEMBRE

ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette Francesca Moscheni, in cucina Antonella Pavanello

Mi piace comprare libri, in particolare di cucina, e amo le edizioni fuori commercio, i testi un po'introvabili dove le ricette raccontano le tradizioni di un posto. Perciò passo al setaccio bancarelle e piccole librerie ovunque vado e quasi sempre porto a casa un piccolo, prezioso bottino. Risale a parecchi anni fa l'acquisto di Cucina popolare ed aristocratica in terra d'Otranto (ultima edizione 1991), un libro curioso composto da due testi "il 5° peccato" scritto nel 1915 dall'intellettuale leccese Niccolò Foscarini e il confronto con la "cucina popolare" del nipote Antonio Edoardo Foscarini, che ha portato alle stampe l'opera. Da questi due mondi nasce una contrapposizione gustosa che ne fa contemporaneamente un libro di "storia sociale" e un ricettario, di cui vale la pena proporvi una preparazione. La mia anima, più popolare che aristocratica, è stata attratta dalle parole raguncino e focaccia, ma quest'ultima era ben diversa da ciò che mi aspettavo: al posto del grande classico pugliese, ecco una sorta di gattò di patate che strizza l'occhio alla cucina partenopea. Che dire poi del raguncino, parola che al Sud ricorre per indicare sia i ragout di carne sia quelli vegetali. Come nel nostro caso, dove le cipolle cuocendo lentamente e quasi disfandosi producono un condimento di rara bontà (c'è anche la variante con le zucchine). Il risultato è un piatto sicuramente popolare, considerati gli ingredienti, ma indubbiamente importante e di sostanza.

> segue a pag. 12




1


2


3

● **1** In questo piatto gustoso, l'impasto della focaccia propriamente detta è sostituito da una sorta di denso purè a base di patate lessate e uova. ● **2** Anche il raguncino, che partecipa al saporito ripieno, non è un ragù tradizionale a base di carne, bensì uno stufato ristretto di cipolle, pomodori e vino rosso, da arricchire con pecorino, olive e capperi dopo averlo fatto raffreddare. ● **3** Mortadella, uova sode e scamorza completano la golosissima farcia. Al momento di stendere la "focaccia" ricordate di coprire anche i bordi della teglia in modo da formare un vero e proprio scrigno che racchiuda il ripieno.



FOCACCIA DI PATATE CON RAGUNCINO DI CIPOLLE

PER 6 PERSONE
1 kg di patate - 4 uova - 2 manciate di pangrattato - 2 etti di mortadella a fettine - 2 etti di scamorza a fettine - olio extravergine di oliva - sale
Per il raguncino: 3 cipolle - 3 pomodori - 3 cucchiai di pecorino grattugiato - 1 manciata di olive nere denocciolate - 1 cucchiaino di capperi sotto sale - 1/2 bicchiere di vino rosso - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Per il raguncino, tagliate a fette sottili le cipolle e disponetele in una padella con i pomodori spezzettati, il vino, 1 bicchiere di acqua e poco olio. Cuocete finché il liquido si sarà asciugato, regolate di sale e lasciate raffreddare. Poi aggiungete il pecorino, le olive e i capperi dissalati sotto l'acqua corrente e strizzati.
● **2** Per la focaccia, lavate le patate, pelatele e lessatele partendo da acqua fredda. Passatele con lo schiacciapatate e mescolatele con 2 uova, un po' d'olio e sale.
● **3** Fate rassodare le uova rimaste. Ungete una pirofila con un po' d'olio, spolverizzatela con una manciata di pangrattato e stendetevi metà dell'impasto di patate coprendo anche i bordi del contenitore. Quindi aggiungete il raguncino, la mortadella a listarelle, le uova sode a spicchi e la scamorza. Distribuitevi sopra l'impasto di patate restante e completate con poco olio e il pangrattato rimasto. Cuocete in forno caldo a 200° per 20 minuti.

FACILE ● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 1 ora** ● **530 cal/porzione**

Zucchine a crudo

Se al mercato trovate le zucchine piccole e di colore non troppo intenso, non cuocetele, provatele crude. Sono davvero deliziose e regalano un tocco di eleganza ai piatti. Per un'entrée sfiziosa, riducete a julienne zucchine e mele verdi, mescolatele con delle striscioline di salmone affumicato e adagiate il tutto su qualche fetta di salame ungherese alla paprica (accostamento insolito ma riuscitissimo); condite con succo di lime miscelato con olio, sale e pepe. Come contorno, tagliate le zucchine a fette sottili, suddividetele in pezzetti lunghi 3-4 cm e condite con parmigiano grattuggiato grossolanamente, olio, limone, sale, pepe e foglioline di erba limoncina o di melissa. Infine, per un secondo di grande freschezza, affettate le zucchine a nastro e arrotolatele intorno a una tartare di manzo macinato. In alternativa alla carne, una crema di formaggio fresco condita con poco olio, erbe tritate e pepe rosa sbriciolato.



Spiedini di pollo all'indiana

Saporiti, appetitosi, croccantini... Dire che sono buoni è riduttivo. Vanno fatti marinare un giorno intero, ma il risultato vale l'attesa. Per 6 persone, tritate 2 spicchi di aglio e 30 g di zenzero fresco. Unite 1 cucchiaio di foglie di coriandolo tritate, 1 cucchiaino di cumino, 1 pizzico di curcuma, 1 pizzico di pepe e 1 pizzico di noce moscata e schiacciate il tutto in mortaio fino a ottenere una cremina. Mescolatela con 2 vasetti di yogurt, 1 cucchiaio di olio di semi di girasole, il succo di 1 limone, 1 cucchiaino di zucchero e 1 cucchiaino di ketchup. Riducete 2 petti di pollo a cubetti piuttosto piccoli, metteteli nella salsa preparata e lasciateli marinare per 24 ore. Quindi infilateli sugli spiedi, sgocciolateli e cuoceteli sulla piastra per 15 minuti spennellandoli con un po' di salsa.



Millefoglie di carasau

Le sottili sfoglie di pane carasau, fiore all'occhiello della tradizione sarda, sono tipicamente impiegate per piatti salati. Qui le vediamo invece comporre uno squisito dessert a strati, proposto dal ristorante Letizia di Nuxis (in provincia di Cagliari). Ricavate il succo e la scorza di 2 limoni non trattati, disponeteli in un pentolino antiderente e mescolateli con 5 uova, 500 g di zucchero, 250 g di burro e 1 stecca di cannella. Cuocete la crema a fuoco basso mescolando finché accenna a bollire. In una padella versate 1 bicchierino di Marsala, aggiungete 300 g di frutti di bosco e mettete su fiamma vivace. Dopo pochi secondi cospargete con 3 cucchiaiate di zucchero e spadellate brevemente i frutti in modo che caramellino. Mettete qualche foglio di pane carasau su una teglia, cospargete di zucchero e fate caramellare in forno caldo a 200°. Componete le torrette alternando crema , pezzi di carasau e frutti di bosco.

Gazpacho conditutto

La rinomata zuppa fredda spagnola, basata su un equilibrato insieme di sapori mediterranei, può essere utilizzata come golosa salsa per donare personalità a tantissimi piatti. Basta dosare gli ingredienti in modo che risulti un po' più densa dell'originale ed eccola trasformarsi in un condimento eccellente per carpacci di pesce crudo (foto) o di carne, mozzarelle, crostacei bolliti, salmone affumicato, verdure alla griglia o in pinzimonio, bruschette, paste fredde e insalatone. Tuffate 500 g di pomodori ramati in acqua bollente, sgocciolateli, spellateli ed eliminate i semi. Metteteli nel frullatore con 3/4 di 1 peperone giallo a pezzetti, 1 cipollotto a fette, 1/2 cetriolo (facoltativo), 1 manciata di foglie di basilico, 1 spicchio di aglio, 1 fetta di pancarrè privata della crosta e bagnata con aceto, 4 cucchiai di olio, sale, pepe e 5 gocce di tabasco. Frullate il tutto e completate con la falda di peperone rimasta tagliata a dadini piccolissimi.



Passione cuscus

DAL MAGHREB ALLA SICILIA, I GRANELLI DI SEMOLA SI ACCOMPAGNANO A RICCHI INTINGOLI CHE MESCOLANO CARNE, PESCE, ORTAGGI, SPEZIE

a cura di Francesca Romana Mezzadri, testi di Mariarosa Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone, foto di Stefania Sainaghi, styling di Monica Cattaneo. Si ringrazia per l'ospitalità Stefania Bucciero del Riad Le J di Marrakech



Ricco di colori, sapori, profumi, è un piatto felice anche nel nome, per quella ripetizione che si ritrova in quasi tutte le lingue. Cuscus, oppure cous cous alla francese (anzi, alla marocchina), ma anche kuskusu in arabo maghrebino, seksu in berbero, cuscusu in trapanese... Persino cuscussù, che sembra un gioco di parole ed è, invece, un piatto della cucina ebraica livornese. Cibo tipico del Nordafrica e della Sicilia occidentale, è costituito da minuscoli granelli di semola cotti a vapore ai quali si uniscono diversi ingredienti e condimenti. Carni, verdure, pesci, spezie, frutta ma non solo. Perché il cuscus è sì legatissimo alle tradizioni, ma anche disponibile alla più sfrenata fantasia, come dimostra il Cous Cous Fest che da 15 anni gli viene dedicato a San Vito Lo Capo (TP): una festa gastronomica che è un incontro di genti e culture nel cuore del Mediterraneo, ma anche una gara per chef di varie parti del mondo che si esibiscono in cuscus originali, pur nel rispetto delle laboriose procedure base e della cottura nei recipienti appositi.
In Occidente, dove il cuscus è ormai molto diffuso, i granelli di semola si trovano già precotti, rapidissimi da preparare.

> segue a pag. 18

> segue da pag. 17

Anche nel Maghreb, dove il cuscus è quotidiano, il prodotto viene ormai lavorato e seccato meccanicamente, ma non è raro vedere ancora donne che fanno "incocciare" la semola sfregandola tra i palmi delle mani, ungendola e bagnandola quanto basta per farla diventare granulosa al punto giusto, per poi passarla al setaccio e continuare a lavorarla con gesti antichissimi. Al momento di cucinare, entra in gioco la cuscussière (o cuscussiera), una doppia pentola la cui parte superiore, detta keskes, ha il fondo perforato e serve per la semola mentre in quella inferiore, tajnat o marmite, si cuociono le verdure, il pesce o la carne; il vapore che si forma sale ad ammorbidire il cuscus.

> segue a pag. 21



Tutti i tessuti, le tovaglie e i tovaglioli del servizio sono stati forniti dalla Cooperativa Al Kawtar di Marrakech. Indirizzi a pagina 8

AI CROSTACEI CON MELANZANE E ZUCCHINE FRITTE

PER 6 PERSONE
400 g di cuscus fine - 2 cucchiai di semi di papavero - 12 grosse mazzancolle - 500 g di code di gamberi - 2 grossi cipollotti - 1 cipolla - 2 costole di sedano - 1 1 melanzana - 2 piccole zucchine - 1 limone - 1 mazzetto di prezzemolo e di coriandolo - farina - olio di semi di arachidi - olio extravergine d'oliva - sale - peperoncino in polvere

● **1** Mettete nella vaporiera (o nella cuscussiera) il sedano, i cipollotti, la cipolla divisa in quarti e qualche gambo di coriandolo e prezzemolo legati insieme. Versate 2 litri di acqua, salate e portate a bollore. Lasciate sobbollire per 15 minuti a pentola coperta. Immergete le code di gamberi nel brodo, lasciate riprendere il bollore e scolateli dopo 1 minuto. Sgusciatele, conditele con succo di limone e un pizzico di peperoncino e tenetele da parte.
● **2** Filtrate il brodo. Misuratene 4 dl (rimettete il resto nella pentola e tenetelo in caldo) e versatelo sopra il cuscus, in un largo piatto, poi procedete alla preparazione sulla vaporiera come spiegato a pagina 24. Una volta pronto e ben gonfio, condite il cuscus con 2 cucchiai di olio d'oliva, mescolando con una forchetta.
● **3** Nel frattempo, tagliate a bastoncini la melanzana e le zucchine, infarinatele leggermente e friggetele in abbondante olio di semi bollente, quindi scolatele e salatele. Scaldate bene una padella antiaderente, distribuite sul fondo una presa di sale grosso e arrostite le mazzancolle intere, per 5 minuti, girandole un paio di volte. Infine, spruzzatele di succo di limone e cospargetele di coriandolo tritato.
● **4** Tostate leggermente i semi di papavero in una padellina antiaderente, senza condimento, poi mescolateli al cuscus. Dividetelo nelle scodelle individuali e aggiungete le verdure fritte, le code di gamberi e le mazzancolle. Servite a parte il brodo rimasto, da usare per condire la semola a piacere.

FACILE
● **Preparazione 35 minuti** ● **Cottura 45 minuti** ● **405 cal/porzione**



Il cuscus, insieme alla ricca portata che accompagna, si offrono riuniti su un grande piatto, dal quale gli ospiti possono servirsi, a piacere, anche più volte. Questo suo spirito conviviale è stato il tema, nel 2007, del bel film francese di un regista tunisino: Couscous, Leone d'oro a Venezia, celebra la preparazione della semola come simbolo di nuova vita.

DI PESCE E ZAFFERANO ALLA SICILIANA

PER 6 PERSONE

500 g di cuscus medio - 1,2 kg di pesce misto pulito (scorfano, dentice, orata, spada, triglie) + le teste e le lische - 300 g di mazzancolle - 2 cipolle bianche - 2 cipollotti rossi - 2 carote - 2 costole di sedano - 2 spicchi di aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 foglia di alloro - 4 pomodori maturi - 8 pomodorini ciliegia - 2 bustine di zafferano - 70 g di mandorle pelate olio extravergine d'oliva - burro - sale - peperoncino in polvere

● **1** Mettete nella vaporiera lische e teste dei pesci con il sedano, 1 cipolla, le carote, l'alloro e 2 litri di acqua. Bollite 20 minuti semicoperto, filtrate, salate e tenete il brodo da parte.
● **2** Affettate la seconda cipolla, rosolatela in un tegame con 6 cucchiai di olio, l'aglio, 1 pizzico di peperoncino e di prezzemolo tritato. Unite lo zafferano, i pomodori sbucciati e tritati, i ciliegini interi e le mandorle. Salate e fate sobbollire 5 minuti, poi adagiate i pesci iniziando da quelli più compatti (dentice, spada, orata, scorfano e per ultimi triglie e mazzancolle). Cuocete 10-12 minuti.
● **3** Scaldate 5 dl di brodo con 2 cucchiai di olio e versatelo sopra il cuscus in un largo piatto. Procedete nella preparazione sulla vaporiera come spiegato a pagina 24, poi condite il cuscus con una noce di burro e trasferitelo in un piatto. Completate con il pesce, la salsa, un mestolo di brodo e un trito grossolano di prezzemolo e cipollotti. Servite il brodo rimasto a parte.

MEDIA ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 55 minuti ● 635 cal/porzione

INTEGRALE CON VERDURE E SALVIA FRITTA

PER 6 PERSONE
500 g di cuscus integrale - 2 piccole stecche di cannella - 2 chiodi di garofano - 2 cipolle bianche - 1 mazzo di cipollotti bianchi - 6 zucchine novelle - 3 carote - 1 grossa patata dolce - 6 piccole patate novelle rosse - 3 rape bianche o viola - 200 g di piselli (anche surgelati) - 22 foglie di salvia - farina - acqua minerale frizzante - olio extravergine d'oliva - olio di semi di arachidi - sale - 1 cucchiaino di pepe in grani



● **1** Portate a bollore 3 litri d'acqua nella vaporiera. Unite le cipolle, incise a croce e steccate con i chiodi di garofano, 2 prese di sale, 4 foglie di salvia, la cannella, il pepe e sobbollite 20 minuti. Pulite le altre verdure, affettate a rondelle la patata dolce, tagliate a bastoncini spessi le carote, dividete a spicchi le rape e unite tutto al brodo. Dopo 10 minuti aggiungete i cipollotti, le zucchine e le patate novelle divise a metà o in quarti. Scolate con il mestolo forato dopo 15 minuti.
● **2** Regolate di sale il brodo. Versatene 5 dl sul cuscus, in un largo piatto, e procedete alla preparazione sulla vaporiera come spiegato a pagina 24. Condite con 2 cucchiai di olio d'oliva.
● **3** Mentre il cuscus cuoce, scaldate il brodo rimasto, lessate i piselli 5 minuti e scolate. Intanto, stemperate 3 cucchiai di farina con acqua minerale ghiacciata fino ad avere un pastella fluida. Tuffatevi la salvia rimasta e friggetela nell'olio di semi, poi scolate su carta da cucina. Versate il cuscus nel piatto di portata e disponetevi le verdure. Completate con la salvia fritta e servite con il brodo a parte.

FACILE ● Preparazione 25 minuti ● Cottura 50 minuti ● 475 cal/porzione

CON POLLO AL FINOCCHIO E CIPOLLOTTI

PER 6 PERSONE
400 g di cuscus a grana media - 6 piccole cosce di pollo senza pelle - 200 g di fagiolini - 4 piccoli porri - 2 finocchi - 2 cipolle - 1 cucchiaino di pepe in grani - 1 cucchiaio di semi di anice - burro - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Mettete nella vaporiera le cosce di pollo. Sbucciate le cipolle e tagliatele in quarti. Unitele al pollo insieme con 2 prese di sale, il pepe in grani e 1/2 cucchiaio di anice. Versate 1 litro e 1/2 di acqua, portate a bollore e cuocete, a pentola coperta, per 35 minuti.
● **2** Unite al pollo i finocchi tagliati a spicchi e i porri divisi a metà per il lungo. Spuntate i fagiolini, tagliateli a metà per il lungo e uniteli agli altri ingredienti. Cuocete ancora 10 minuti.
● **3** Versate il cuscus in un largo piatto, bagnatelo con 4 dl di acqua bollente salata e con 2 cucchiai di olio e procedete con la preparazione nel cestello della vaporiera come spiegato a pagina 24. Una volta gonfio e ben sgranato, condite il cuscus con una noce di burro.
● **4** Trasferite il cuscus nel piatto di portata, formando un cono. Sistemate tutto intorno le cosce di pollo e le verdure. Cospargete con i semi di anice rimasti e servite in tavola con il brodo di cottura a parte, per bagnare a piacere il cuscus.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 60 minuti** ● **415 cal/porzione**



> segue da pag. 18

È così che gli elementi diversi di questa preparazione acquistano insieme la dignità di magnifico piatto unico.
Ma quando è nato il cuscus? Originario del Marocco, e noto anche a Granada (in Spagna), si trova già citato in un libro di cucina dell'Andalusia musulmana del XIII secolo. Cent'anni dopo ne parla uno storico di Aleppo, in Siria, il che dimostra la sua diffusione nell'Occidente islamico. Un viaggiatore francese ne scrive nel 1630 e ancora oggi la Francia, per via del suo impero coloniale nel Nordafrica, resta il paese europeo dove è più amato.
È poi del tutto speciale il rapporto fra cuscus e Sicilia. Furono gli Arabi a portarlo nell'isola. Poi, gli scambi tra le due sponde del Mediterraneo hanno radicato il gusto per questo piatto che, a ben guardare, ha alla base la stessa semola di grano duro della pasta e, proprio come questa, si presta ai più svariati condimenti. A Trapani e provincia, il cuscusu è davvero un cibo identitario. E ha una sua specificità. Solo qui, infatti, vi si accosta la "ghiotta", ricco e sontuoso umido di pesci e crostacei, in cui può comparire persino l'anguilla delle saline della zona.



AGNELLO ALLE ALBICOCCHE

PER 6 PERSONE
400 g di cuscus di mais - 1,5 kg di agnello a pezzi - 4 cipolle - 1 cucchiaino di zenzero in polvere - 1 bustina scarsa di zafferano - 12 albicocche secche - 6 grandi albicocche fresche (oppure 12 piccole) - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Scaldate 6 cucchiai di olio in una casseruola pesante, preferibilmente di coccio (oppure in una tajine, il tegame tipico maghrebino con il coperchio a cono). Unite 2 cipolle tritate grossolanamente. Lasciate dorare, poi aggiungete i pezzi di agnello, lo zenzero, lo zafferano stemperato in 1/2 bicchiere d'acqua, sale e pepe. Chiudete con il coperchio e lasciate cuocere a fuoco dolce per circa 1 ora.
● **2** Unite le cipolle rimaste, tagliate a rondelle, e le albicocche secche. Coprite e cuocete ancora 15 minuti. Lavate le albicocche fresche, tagliatele a metà e privatele dei noccioli. Unitele nella casseruola e proseguite la cottura per 5-10 minuti. Spegnete e fate riposare, coperto, per 10 minuti.
● **3** Bagnate il cuscus, in un largo piatto, con 4 dl di acqua bollente salata, poi preparatelo come spiegato a pagina 24. Servitelo insieme all'agnello, cosparso di prezzemolo tritato.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 1 ora e 40 minuti** ● **565 cal/porzione**

CUSCUS DOLCE CON FRUTTA SECCA ALLE ROSE E CANNELLA

PER 6 PERSONE
400 g di cuscus fine - 120 g di burro - cannella in polvere - 6 prugne secche - 6 albicocche secche - 6 fichi secchi - 6 datteri - 2 cucchiai di uvetta - 2 cucchiai di mandorle spellate - 2 cucchiai di pistacchi o di pinoli - roselline secche per uso alimentare (in erboristeria)- 2 cucchiai di olio di semi di mais o di girasole - zucchero a velo - latte freddo per servire - sale

● **1** Versate il cuscus in un largo piatto, aggiungete 4 dl di acqua calda, l'olio di semi e una presa di sale. Procedete, come spiegato a pagina 24, nella preparazione sulla vaporiera con 2-3 dita di acqua bollente: dopo il primo passaggio sul vapore, incorporate 50 g di burro prima di spruzzare l'acqua fredda e sgranare il cuscus.
● **2** Una volta pronto, trasferite il cuscus nel piatto e incorporate 1 cucchiaino di cannella in polvere e altri 50 g di burro. Aerate mescolando con una forchetta e spolverizzate con 2 cucchiai di zucchero a velo.
● **3** Scaldate il burro rimasto in una padella antiaderente e fate saltare tutta la frutta secca per qualche minuto, spruzzandola con poca acqua durante la cottura. Disponete il cuscus a cono nel piatto di portata e contornatelo con la frutta secca. In un padellina senza condimento tostate qualche istante le roselline, per far loro sviluppare la fragranza, e distribuitele sulla frutta. Spolverizzate nuovamente di zucchero a velo, decorate con una presa di cannella in polvere e servite il cuscus dolce ancora caldo, accompagnato con una ciotola di latte freddo.

FACILISSIMA ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 20 minuti** ● **475 cal/porzione**





CUSCUS A COLAZIONE
Lo chef Fabrizio Ferrari, 32 anni, patron stellato del ristorante "Al Porticciolo 84" di Lecco (tel. 0341 498103), fa parte della squadra italiana in gara al Cous Cous Fest, dal 25 al 30 settembre a San Vito Lo Capo (TP). Alle eliminatorie la sua ricetta ha vinto per originalità: un cuscus da colazione, fresco e profumato di frutta, ma con il pesce, d'obbligo nella tradizione trapanese.

Il suo locale, incastonato sopra Lecco, seppure specializzato in pesce di mare, sembra lontano dal mondo del cuscus
È così. Ma per questo mi ha stuzzicato l'idea di fare qualcosa di estivo, a metà fra un'insalata e un frullato. Ho unito molti ingredienti lavorati in modo diverso: pere infuse, albedo (la parte bianca, ndr) di cedro, mandorle tostate, scalogno fritto, ombrina che, cotta a bassa temperatura nell'olio, diventa simile al tonno, spinaci al kefir e miso, che dà molta leggerezza.

E per la semola?
Al Nord non c'è la tradizione di questo cibo e le poche volte che mi era capitato avevo sempre usato quella precotta. Ma a Trapani sarebbe stato un sacrilegio, così mi sono esercitato due giorni con Giorgio Graziani che mi ha messo a disposizione il suo ristorante Fico d'India, a San Vito, e ho fatto le cose per bene, nella cuscussiera.

Che cosa l'affascina di questo piatto?
Il fatto che prepararlo sia un rito e allo stesso tempo si presti a mille interpretazioni.

Lo propone anche a Lecco?
Sì, certo: me lo hanno chiesto appena tornato dalla Sicilia.

LA PREPARAZIONE DEL CUSCUS

Per facilità si parte dalla semola "incocciata", cioè già lavorata a formare granellini: è il cuscus che troviamo comunemente in vendita, precotto e dalla preparazione rapida. Può essere ricavato da diverse farine: classica di grano, integrale, di mais, di orzo. La dimensione dei grani varia, da piccoli a medi a grandi, permettendo di scegliere la grana più adatta a ogni preparazione. Per un cuscus soffice, ben gonfio e aerato bisogna cuocere a più riprese con il vapore. Tradizionalmente si utilizza una pentola alta, la cuscussiera, munita di cestello per la cottura a vapore e di coperchio pesante (potete usare anche una normale vaporiera). Mentre sul fondo cuociono carne, pesce verdura, si procede alla preparazione del cuscus in modo che il piatto, per quanto complesso, si realizzi in tempi abbastanza contenuti. Iniziate versando la dose di cuscus (per 6 persone, 4-500 g) in un piatto largo e basso con il fondo arrotondato (come quelli marocchini, ma anche una grossa teglia può andare bene). Bagnatelo con uguale dose di acqua o brodo di cottura (se si vuole subito più saporito) caldi, mescolate, coprite e lasciate gonfiare 10-15 minuti. Sgranatelo e trasferitelo nel cestello della vaporiera. Mettetelo nella pentola, sopra gli altri ingredienti in cottura, coprite e lasciate cuocere 5 minuti. Rovesciate il cuscus nel piatto, irroratelo con un mestolo scarso di acqua fredda, mescolate con una forchetta, poi coprite e lasciate riposare alcuni minuti. Trasferitelo nuovamente nella vaporiera, sigillate e ripetete l'operazione (cottura a vapore, piatto, acqua fredda), poi condite con 2 cucchiai di olio o una noce di burro e mescolate. Se volete, potete ripetere ancora una volta l'operazione, ma in genere il cuscus è già ben gonfio e soffice dopo 2 passaggi.



TROVATE TANTE ALTRE RICETTE CON IL CUSCUS SULLA NUOVA APP DI SALE&PEPE. SCOPRITE COME INSTALLARLA A PAGINA 114

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER



Con il cuscus

BIANCHI, ROSSI O ROSATI SOSTENGONO E ACCOMPAGNANO LE NOTE SPEZIATE DELLE PREPARAZIONI PIÙ RICCHE

a cura di Francesca Romana Mezzadri, testi di Sandro Sangiorgi

SFIDARE IL PICCANTE

A unire le ricette di cuscus, da qualsiasi territorio provengano, è spesso la sensazione piccante, che per il vino è una delle sfide più impegnative e appassionanti. Prima di addentrarci nei dettagli di ogni consuetudine, cerchiamo l'intonazione corretta. Per farlo, occorre capire se si preferisce rafforzare il piccante o se, invece, lo si vuole contrastare: nel primo caso, si sceglieranno vini con spirito fresco e incisivo, nel secondo saranno privilegiate tipologie più morbide, dalle quali giunge un effetto emolliente che lenisce la causticità di pepe e peperoncino.
La semola di grano duro, che diventa cuscus con la cottura, si comporta come molti carboidrati e non influisce granché sulla scelta del vino, visto che diluisce di poco la forza del condimento.

BIANCHI AVVOLGENTI E ROSATI

I bianchi aromatici e dotati di un sapore avvolgente reggono bene le ricette a base di verdure, attenuando la pungenza delle spezie e gratificando il timbro vegetale. Da stappare sul cuscus di pollame il Sylvaner della Valle Isarco, esemplare virtuoso di bianco dalla fisionomia aggraziata, ma possono funzionare anche il Vermentino dei Colli di Luni o il Fior d'Uva della Costiera Amalfitana. Il più minerale Greco di Tufo va incontro al condimento a base di crostacei, mentre è auspicabile un rosato fervido e profondo (la Puglia, l'Abruzzo e la Calabria ne hanno diversi) per le ricche preparazioni con il pesce di tradizione siciliana, piene di mare e dalla sapidissima sostanza.

ROSSI GENEROSI

Ai rossi intensi e generosi di origine mediterranea, Cirò, Nero d'Avola, Negroamaro o Nero di Troia, il compito di affrontare la fibra delle carni ovine: per come sono immaginate le ricette, ai vini non è richiesta una forte tannicità, con questi sughi densi e radicali fanno più comodo persistenza del gusto e fisicità.



NERO D'AVOLA
Vini Barraco, Marsala (TP), 329 2073935, 20 €.
Verace e profondo, come il profumo della sua terra, questo Nero d'Avola trapanese ribalta l'espressività asciutta e sanguigna delle versioni orientali e si espande morbidamente mirando ad accostare i condimenti più complessi, forti e profumati.

KALÒ ROSSO DI PALIZZI
Azienda Agricola Pichilli, Palizzi (RC), info@vinipichilli.com, 12,40 €.
Il Palizzi, ottenuto nell'omonima località affacciata sul mare da uve Calabrese, Malvasia Nera e Alicante, è dotato di profumi di frutta matura e di trama gustativa spessa e vellutata, che lo rendono adatto a cuscus a base di carni rosse.

ROSATO PONTE DELLA LAMA
Azienda Agricola Cefalicchio, Canosa di Puglia (BT), 0883 617601, 11 €.
L'interpretazione naturale (il vigneto è condotto in biodinamica e la fermentazione è spontanea) rende questo rosato un esempio di vigore e partecipazione gustativa, che non teme né la forte speziatura né la saporosa pienezza di un cuscus di pesce alla siciliana.

GEWÜRZTRAMINER
Azienda Agricola Haderburg, Salorno (BZ), 0471 889097, 12 €.
È il bianco ideale dei cuscus a base di verdure, soprattutto se si vuole governare la sensazione piccante e ritrovarsi in bocca una condizione di relativa neutralità. Il suo accenno amabile gli consente di misurarsi con cuscus dolci.

Da 80 anni un mondo di golosità





Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

Dolceneve e Gelatina in fogli PANEANGELI.

Nessuno può resistere davanti a dolci così freschi e invitanti. Per questo siamo insieme, da 80 anni.





Pasta al forno

FORMAGGI, ERBE E SALUMI SI FONDONO IN COTTURA SOTTO UNA LIEVE CROSTICINA DORATA. IN PIATTI RICCHI, DA GUSTARE CALDI O TIEPIDI

a cura di Michela Prandoni, ricette di Paola Volpari, foto di Luca Colombo/Studio XL, stylist Sissi Valassina e Barbara Mantovani

Pirofila La Porcellana Bianca, tovagliolo in lino Quagliotti, posate Sambonet, piastrelle rovesciate Cesi Ceramica. Indirizzi a pagina 8



CONCHIGLIE CON IL SUGO DI PORRI E SPECK

PER 4 PERSONE
320 g di conchiglie - 350 g di porcini (o altri funghi freschi) - 150 g di speck a fettine - 2 porri - 150 g di scamorza affumicata - timo - 1/2 dl di vino bianco secco - uno scalogno - semi di finocchio - 70 g di burro - sale - pepe

● **1** Private i funghi della parte terrosa, puliteli con un panno umido e tagliateli a tocchetti; fateli rosolare in un tegame con 20 g di burro, le foglioline di 2 rametti di timo e lo scalogno sbucciato e tritato. Salateli, pepateli, bagnateli con il vino, fatelo in parte evaporare a fuoco vivace, poi abbassate la fiamma e proseguite la cottura per 15 minuti.
● **2** Private i porri delle radici e delle parti verdi più dure, lavateli e affettateli. Tagliate a listarelle le fette di speck e fatele rosolare con 20 g di burro, aggiungete i porri, regolate di sale, pepate, profumate con un pizzico di semi di finocchio e cuocete per 2-3 minuti.
● **3** Lessate la pasta in abbondate acqua bollente salata, scolatela piuttosto al dente e conditela subito con 20 g di burro e il sugo di porri e speck, mescolate e distribuite uno strato di pasta sul fondo di una pirofila unta con il burro rimasto.
● **4** Cospargete la pasta con un po' di funghi e di scamorza a dadini. Ripetete gli strati fino esaurire gli ingredienti. Passate in forno a 220° per 20 minuti circa.

FACILISSIMA ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 50 minuti** ● **625 cal/porzione**



ZITI CON POLPETTINE DI MERLUZZO E BESCIAMELLA AL PESTO

PER 4 PERSONE
320 g di ziti - 250 g di filetti di merluzzo - 70 g di grana grattugiato - 35 g di mollica di pane - un uovo - farina - 5 dl di latte - 20 g fra timo, prezzemolo e basilico - 25 g di pinoli - uno spicchio di aglio - pangrattato - 70 g di burro - sale - pepe

● **1** Frullate la mollica di pane e mettetela in una ciotola, unite il merluzzo tritato, 30 g di grana, l'uovo, sale e pepe. Amalgamate bene, poi formate tante polpette grosse come nocciole, passatele in un velo di farina e cuocetele a vapore per circa 8-10.
● **2** Tritate le erbe aromatiche con i pinoli, mettete il trito in una ciotola, unite l'aglio schiacciato con lo spremiaglio e 30 g di grana. Salate, pepate e mescolate.
● **3** Sciogliete 40 g di burro in una casseruola, unitevi 40 g di farina e, fuori dal fuoco, aggiungete il latte caldo, rimettete sul fuoco e, mescolando con una frusta, cuocete la besciamella, finché si sarà addensata. Unitevi il pesto di erbe preparato e mescolate.
● **4** Spezzate gli ziti e lessateli in acqua bollente salata, scolateli al dente, conditeli con 20 g di burro e la besciamella, versatene uno strato sul fondo di una pirofila unta con il burro rimasto e spolverizzata di pangrattato; distribuitevi sopra le polpettine e terminate con la pasta. Spolverizzate con poco pangrattato mescolato al grana rimasto e cuocete in forno a 220° per 20 minuti.

FACILE ● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 55 minuti** ● **650 cal/porzione**

RIGATONI CON RATATOUILLE E BURRATA

PER 4 PERSONE
320 g di rigatoni - un peperone rosso e uno giallo - 2 zucchine - una melanzana - 2 cipollotti - 2 pomodori - 250 g di burrata - 50 g di mollica di pane - 4 cucchiai di grana grattugiato - basilico - maggiorana - origano - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Spuntate la melanzana, tagliatela a dadini, metteteli in un colapasta, cospargeteli di sale grosso e lasciateli per un'ora a perdere l'acqua amarognola. Quindi lavateli per eliminare il sale e asciugateli con carta da cucina. Mondate e lavate i peperoni, i cipollotti, le zucchine e i pomodori e tagliate tutto a tocchetti.
● **2** Fate rosolare i cipollotti con 2 cucchiai di olio, unite le verdure preparate, salate, pepate e cuocete per 7-8 minuti. Unite le erbe aromatiche tritate, mescolate e spegnete. Sbriciolate il pane, tostatelo con 2 cucchiai di olio e sgocciolatelo su carta da cucina.
● **3** Cuocete la pasta in acqua bollente salata, scolatela al dente e conditela con metà della ratatouille. Trasferitene metà in una pirofila unta con un filo di olio, distribuitevi sopra la burrata a tocchetti, la ratatouille rimasta e l'altra pasta condita. Spolverizzate con il grana, coprite la pirofila con alluminio e mettete in forno a 220° per 15 minuti. Eliminate l'alluminio, cospargete la pasta con le briciole di pane tostate e proseguite la cottura per 8-10 minuti

FACILE ● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **750 cal/porzione**



Piatto Bitossi Home, posata e tovagliolo Villeroy & Boch, piastrelle Cesi Ceramica. A sinistra: pirofila e tovagliolo Villeroy & Boch. Indirizzi a pag. 8

LASAGNE CON SALSICCIA ALLA NAPOLETANA

PER 4 PERSONE
350 g di lasagne - 300 g di salsiccia a nastro - 300 g di mozzarella - 200 g di ricotta - 5 uova - 700 g di pomodori maturi - uno spicchio di aglio - basilico - 60 g di grana grattugiato - olio extravergine d'oliva - burro - sale - pepe

● **1** Scottate i pomodori in acqua bollente, scolateli, eliminate pelle e semi e tagliateli a pezzetti. Sbucciate l'aglio e fatelo rosolare con 4 cucchiai di olio, aggiungete i pomodori, salate, pepate e cuocete per 10-15 minuti. Profumate con abbondante basilico spezzettato.
● **2** Tagliate la mozzarella a dadini e metteteli a scolare in un colapasta per 15 minuti; cuocete 4 uova partendo da acqua fredda per 10 minuti dall'ebollizione. Rosolate la salsiccia spellata e tagliata a pezzetti con 2 cucchiai di olio.
● **3** Scottate le lasagne, poche alla volta, in acqua bollente salata a cui avrete aggiunto 2 cucchiai di olio. Scolatele, immergetele in acqua fredda, scolatele di nuovo e stendetele su un telo.
● **4** Imburrate una pirofila e alternate strati di lasagne, salsa di pomodoro, dadini di mozzarella, la ricotta a fiocchetti, fettine di uovo sodo, pezzetti di salsiccia e l'uovo rimasto sbattuto con 30 g di grana, sale e pepe. Terminate con il grana rimasto e mettete in forno già caldo a 200° per 30-35 minuti.

FACILE ● Preparazione 25 minuti ● Cottura 55 minuti ● 970 cal/porzione



Piastrelle rovesciate Cesi Ceramica, piatto, paletta Alessi. A destra: pirofila Zanetto Argenteria. Indirizzi a pagina 8



PACCHERI CON LE ZUCCHINE GRIGLIATE

PER 4 PERSONE

320 g di paccheri - 400 g di zucchine - 120 g di mortadella - 80 g di emmentaler - 80 g di pistacchi sgusciati - 50 g di grana grattugiato - 80 g di burro - uno spicchio di aglio - salvia - 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate e spuntate le zucchine affettatele sottili nel senso della lunghezza e cuocetele sulla griglia oppure in una padella ben calda, cosparsa con un pizzico di sale fino. Trasferitele man mano in un piatto, salatele, pepatele e irroratele con un filo di olio.
● **2** Cuocete la pasta in acqua bollente salata. Nel frattempo, fate fondere 70 g di burro, unitevi l'aglio sbucciato e tagliato a metà, 4-5 foglie di salvia e lasciate rosolare il tutto per qualche istante. Spegnete ed eliminate aglio e salvia. Mescolate la mortadella tritata con l'emmentaler grattugiato.
● **3** Scolate la pasta al dente e conditela con il burro fuso, metà del grana, metà del mix di mortadella e ai pistacchi smunuzzati. Trasferitela in una pirofila unta con il restante burro, alternandola alle zucchire e a tutti gli altri ingredienti rimasti. Terminate con il grana. Mettete la pirofila in forno già caldo a 220° per circa 20 minuti

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 45 minuti ● 790 cal/porzione



Confit di gamberi,
pag. 40
Crostacei grandi e piccoli affondano nel burro aromatizzato ai gamberi e impreziosito dal tocco esotico della noce moscata. Da gustare con piccoli toast di pane caldo.

Antipasti sotto vetro

CINQUE STREPITOSE CONSERVE ORGOGLIOSAMENTE SELF MADE DA PREPARARE ADESSO E APRIRE AL MOMENTO GIUSTO. PER INIZIARE UNA CENA CON I SAPORI VIBRANTI DELL'ESTATE

a cura di Enza Dalessandri, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusaferri, styling di Alessandro Pasinelli Studio

Barattoli Weck, forchettina Sfera, tovagliette Fiorirà un Giardino. Nella pagina accanto, barattoli Weck, cucchiaino Fiorirà un Giardino. Indirizzi a pagina 8



Scalogni farciti ai porcini, pag. 40

Dietro un'apparente essenzialità, i piccoli bulbi sott'olio nascondono una lavorazione sapiente e raffinata. E la sorpresa del soave ripieno di funghi.



APPROFITTATE DELL'ESTATE PER PREPARARE LE CONSERVE CON LA FRUTTA E LE VERDURE PIÙ SAPORITE. TROVATE TANTE ALTRE IDEE SULLA NUOVA APP DI SALE&PEPE. SCOPRITE COME INSTALLARLA A PAGINA 114



Antipasto all'italiana,

pag. 40

Il mosaico colorato e croccante di verdure miste è legato da un delicato agrodolce di pomodoro. Da sperimentare con pezzettoni di tonno sott'olio e olive nere o verdi.

Cipolline e uva in agrodolce, pag. 41

Doppio contrasto tra bianco e nero, dolce e salato per le piccole perle in conserva. Che si accompagnano con formaggi stagionati e salumi affumicati.

Barattoli Weck, cucchiaini Serafino Zani. Nella pagina accanto, ciotole Unomi. Indirizzi a pagina 8

Fiori di zucca farciti,

pag. 41

Le più golose corolle dell'orto racchiudono un ripieno fragrante di mortadella e pistacchi. Da servire con un filo d'olio, pepe e ancora un trito di pistacchi.

Barattoli Weck, cucchiaino in legno Sfera, piatto ovale Unomi. Indirizzi a pagina 8

Scottex Casa. Vita facile in cucina.

www.angelinidesign.com





In pochi secondi tutto è più pulito: **Scottex Casa** è la carta da cucina efficace su tutti i tipi di sporco, che assorbe ogni macchia e resiste al bagnato. **Scottex Casa non ti delude mai,** per questo è la migliore amica di tutte le donne. Anche la tua.

www.scottex.com
www.facebook.com/elefantina.scottex



CONFIT DI GAMBERI

PER 3 VASETTI DA 180 g
300 g di gamberetti rosa sgusciati - 12 gamberi rossi - 200 g di burro - noce moscata - sale - pepe

● **1** Sgusciate i gamberi rossi, riunite le teste in una casseruola con 160 g di burro, scioglietelo a fuoco dolce schiacciando le teste con un cucchiaio e quando avrà preso un bel colore rosato, filtratelo attraverso un colino fine schiacciando bene i carapaci.
● **2** Sciogliete il burro rimasto in una larga padella antiaderente, cuocetevi le code dei gamberi rossi per un minuto, unite i gamberetti e cuocete ancora per un minuto, poi insaporite con sale, pepe e una grattata di noce moscata.
● **3** Trasferite i gamberi nei vasetti con il loro condimento, premete delicatamente con un cucchiaio e versate il burro ai gamberi preparato. Chiudete i vasi ermeticamente, metteteli in una pentola, copriteli di acqua fredda e portate a ebollizione. Sterilizzate per 20 minuti, fate raffreddare i vasi nell'acqua, poi scolateli, asciugateli e conservateli al fresco e al buio per 2 mesi.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **625 cal/vasetto**



SCALOGNI FARCITI AI PORCINI

PER 2 VASI DA 500 g
12 scalogni - 150 g di porcini - 1 fetta di pane di segale - 5 rametti di timo - 5 rametti di nepitella - aceto bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe - 1 cucchiaino di pepe in grani

● **1** Portate a bollore un litro di acqua con un bicchiere di aceto e sbucciate intanto gli scalogni. Cuoceteli per 3-4 minuti, scolateli e privateli della prima guaina esterna, senza romperla. Rituffateli in acqua per altri 2-3 minuti, scolateli e togliete ancora 2 guaine lasciando intatti i cuoricini. Tenete da parte le guaine e i cuoricini.
● **2** Pulite i porcini con cura, affettateli e saltateli in padella con 2-3 cucchiai di olio, 2 rametti di timo e foglioline di nepitella. Salateli, cuoceteli ancora per 5 minuti, poi tenete da parte qualche fettina e frullate il resto con il pane sbriciolato, lavorando l'impasto per qualche secondo. Salate, pepate e lasciate raffreddare.
● **3** Farcite ogni guaina di scalogno con una nocciola del ripieno ai funghi preparato, richiudetele accuratamente e sistematele nei vasi man mano che sono pronte. Alternate gli scalogni farciti con foglioline del timo e della nepitella rimasti, grani di pepe e qualche fettina di fungo, colmando gli spazi vuoti con i cuoricini di scalogno.
● **4** Riempite i vasi di olio coprendo completamente gli scalogni, chiudeteli ermeticamente, poneteli in una pentola, copriteli di acqua fredda e portate a ebollizione. Sterilizzate per 20 minuti e fate raffreddare i vasi nell'acqua. Scolateli, asciugateli e conservateli al fresco e al buio per 2-3 mesi.

MEDIA
● **Preparazione 50 minuti** ● **Cottura 35 minuti** ● **735 cal/vaso**



ANTIPASTO ALL'ITALIANA

PER 2 VASI DA 800 g
1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 50 g di fagiolini - 1/2 cavolfiore - 200 g di carote - 200 g di melanzane perlina - 150 g di cipolline - 1 cuore di sedano - 2 zucchine - 3 cucchiai di aceto rosso - 1 cucchiaio raso di zucchero - 500 g di passata di pomodoro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate le verdure, sbucciate le cipolline, private i peperoni di semi e costole, spuntate i fagiolini e le zucchine, raschiate le carote e tagliate tutto a pezzi regolari. Scottate le verdure nell'acqua salata per 2 minuti e scolatele.
● **2** Scaldate una casseruola larga e bassa, versate 4-5 cucchiai di olio, la passata, lo zucchero, l'aceto, sale e pepe e cuocete per qualche minuto, poi unite le verdure e portatele a cottura, mantenendole croccanti.
● **3** Trasferite le verdure nei vasi, chiudeteli ermeticamente e metteteli in una pentola. Copriteli di acqua fredda, portate a ebollizione e sterilizzate per 20 minuti. Fate raffreddare i vasi nell'acqua, poi scolateli, asciugateli e conservateli al fresco e al buio per 2-3 mesi.

FACILE
● **Preparazione 35 minuti** ● **Cottura 35 minuti** ● **400 cal/vaso**



CIPOLLINE E UVA IN AGRODOLCE

PER 3 VASI DA 350 g
1 grappolo di uva nera - 300 g di cipolline - 3 dl di succo di uva bianca - 3 dl di aceto bianco - 3 dl di Lugana o altro vino bianco dal bouquet fiorito - 1 cucchiaino di bacche di ginepro - 50 g di zucchero di canna chiaro - 1 stella di anice - sale - 1 cucchiaino di pepe in grani

● **1** Separate gli acini d'uva lasciando un pezzetto di picciolo, poi lavateli e asciugateli. Sbucciate le cipolline. Portate a ebollizione l'aceto con il vino, il succo di uva, le bacche di ginepro, il pepe e l'anice stellato. Dopo 5 minuti uniti le cipolline e cuocetele per 5 minuti.
● **2** Scolate le cipolline e trasferitele nei vasi alternandole agli acini d'uva. Aggiungete lo zucchero al liquido di cottura, cuocete fino a restringerlo di un terzo e versatelo nei vasi.
● **3** Chiudete i vasi ermeticamente, metteteli in una pentola, copriteli di acqua fredda e portate a ebollizione. Sterilizzate per 20 minuti. Fate raffreddare i vasi nell'acqua, poi scolateli, asciugateli e conservateli al fresco e al buio per 2-3 mesi.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **190 cal/vaso**

LE REGOLE D'ORO

● LE VERDURE Sceglietele mature, ma ben croccanti in modo che mantengano la loro consistenza con la cottura e la sterilizzazione.
● L'OLIO Deve essere extravergine d'oliva: se non volete che le conserve abbiano un gusto troppo intenso, scegliete un olio delicato come il ligure.
● L'ACETO Usate sempre un prodotto di ottima qualità, perché il suo sapore incide molto sul gusto della conserva.
● I BARATTOLI Sono perfetti quelli di vetro con tappo a vite o a chiusura ermetica con la guarnizione. Vanno lavati con acqua bollente e asciugati con un telo pulito.
● LA STERILIZZAZIONE Usate vasi delle stesse dimensioni, copriteli completamente con l'acqua e calcolate il tempo dall'inizio dell'ebollizione.
● LA CONSERVAZIONE Le preparazioni si conservano per il tempo indicato nelle ricette. Una volta aperte, quelle con olio o aceto si tengono in frigo per 10 giorni, mentre i fiori di zucca vanno consumati entro le 24 ore.





FIORI DI ZUCCA FARCITI

PER 2 VASI DA 500 g
24 fiori di zucca freschissimi - 140 g di pancarré - 100 g di mortadella - 80 g di parmigiano reggiano grattugiato - 1 cucchiaio di pistacchi - qualche rametto di aneto - sale

● **1** Riunite nel bicchiere del mixer il pancarré, la mortadella e il parmigiano, tritateli finemente e aggiungete l'aneto lavato e tritato, i pistacchi spezzettati grossolanamente e un pizzico di sale.
● **2** Lavate rapidamente i fiori di zucca sotto un getto di acqua fredda, scolateli sulla carta da cucina e apriteli delicatamente per eliminare il pistillo. Farciteli con una nocciola del composto preparato e richiudete i petali sulla farcia, girandoli delicatamente. Sistemate i fiori nei vasi man mano che li farcite, comprimendoli leggermente.
● **3** Chiudete i vasi ermeticamente e sterilizzateli in una pentola per 45 minuti ben coperti d'acqua. Scolateli dall'acqua, fateli raffreddare e conservateli in un luogo fresco e buio per 2 mesi.

MEDIA
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 45 minuti** ● **580 cal/vaso**



Breakfast at lizzy's

COLAZIONE A CHILOMETRO ZERO

"Eat local Eat fresh": Lizzy sceglie prodotti locali e bio in ricette dolci divise per stagioni. Per l'estate, la confettura è di albicocche e mandorle. **breakfastatlizzy.blogspot.it**

BONTÀ DI CAMPAGNA



La sua è "una cucina sana e naturale con i prodotti della terra coltivati veramente nella mia terra": perché Barbara, che in campagna è nata, oggi ci torna per "fare la spesa" nel podere di famiglia e poi creare ricette sfiziose e originali come la marmellata di melone e mele dell'orto al profumo di vaniglia e brandy (foto). **fashionflavorscooking.blogspot.it/**

Fashion Flavors
Verso una cucina consapevole



farina, lievito e fantasia

SEMPLICEMENTE IN CUCINA

Il titolo del blog strizza l'occhio al cinema degli anni Cinquanta e invita a una cucina genuina. In rete, Ramona propone conserve, come i classici carciofini (foto), confetture e molto altro ancora su **farinalievitoefantasia.blogspot.it**

Le leccornie di Danita

DALLA SICILIA CON SAPORE

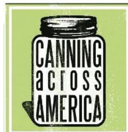
Ci sono il sole, i profumi, i colori e le mille voci gastronomiche della sua bella isola nel blog di Daniela, alias Danita. Che fa la conserva di fichi e pistacchi di Bronte, la "passata" di fragole e una deliziosa marmellata di peperoncini dalla vicina Calabria (foto). **leleccorniedidanita.blogspot.it**



Le stagioni in un vasetto

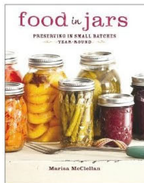
IN RETE (E NEL SERVIZIO A PAG. 34) SI METTONO SOTTO VETRO I FRUTTI E GLI ORTAGGI MIGLIORI, COLTI A MATURAZIONE PERFETTA E PREPARATI AD ARTE

di Barbara Roncarolo, testi di Francesca Romana Mezzadri



CONSERVE COAST TO COAST

Canning Across America riunisce cuochi, appassionati di giardinaggio e foodies con lo scopo di rilanciare l'arte di "mettere da parte" i cibi in modo sicuro, salutare e buono. Sul sito, ricette salate e dolci di tanti autori diversi, tecniche e spunti originali. **canningacrossamerica.com**



UN AMORE PER I BARATTOLI

Da bambina, in Oregon, metteva sotto vetro more, mirtilli e mele con la sua mamma. Oggi, Marisa McClellan adora preparare e invasare ogni genere di conserva e usare i suoi amatissimi barattoli di vetro come recipienti un po' per tutto, in cucina e non. La sua passione è raccontata in un blog, in una serie di corsi in giro per l'America e, da pochissimo, anche in un libro (foto) fresco di stampa e ricco, come il sito, di ricette, consigli pratici e segreti di preparazione. **foodinjars.com**



Venite a trovarci su facebook.com/saleepepemagazine e segnalateci il vostro blog











Il maestro delle mostarde

OSPITE DELLA NOSTRA CUCINA LIVIO TURRINI, RINOMATO CHEF MANTOVANO CON LA PASSIONE PER LE CONSERVE FAI DA TE

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi

Tranquillo, sorridente, comunicativo: un vero chef d'altri tempi. Storico, ma anche filosofo della cucina, Livio Turrini ricerca il meglio in ogni piatto e racconta, più che spiegare, le sue ricette approfondendo le ragioni delle scelte, dall'ingrediente al tipo di cottura. Parte dalla tradizione ma percorre vie alternative, più consone ai tempi attuali. Sa tutto della cucina mantovana e delle sue specialità che propone spesso a Corte Brandelli, il suo ristorante di Pomponesco (Mn), e gioca sui contrasti di sapori. Non a caso la sua passione è per le mostarde, dolci e piccanti al tempo stesso, tanto da dedicare all'argomento un libro con più di cento ricette ("Le mie mostarde", ed. Terraferma). Ma anche le preparazioni aromatiche, come olio, aceti, gelatine e cotognate, sono fonte di soddisfazione: permettono di "riscoprire il piacere di preparare in casa un prodotto che va scomparendo - sono le sue parole - un gusto un po' pungente ma ricco e complesso che consente abbinamenti stuzzicanti e curiosi".



Mostarda di pomodorini alla vaniglia pag. 44



TRA STORIA E RICETTE

Lino Turrini, è nato a Desenzano del Garda ed è qui che ha iniziato, all'Hotel Barchetta, la sua attività di cuoco, la prima di numerose importanti esperienze presso grand hotel e ristoranti di prestigio. Grande appassionato di storia della cucina mantovana ha dato alle stampe "La cucina mantovana" (editoriale Sometti), rivisitazione di antiche ricette e "La cucina ai tempi dei Gonzaga" (edito da Rizzoli); nel 1985 ha preparato un menu storico del periodo matildico in onore di Rita Levi Montalcini. A Pomponesco (Mantova), dove già negli anni Settanta aveva seguito il lancio della locanda Il Leone, è l'anima del ristorante Corte Brandelli dove, accanto alla cucina, si dedica sempre con interesse alla preparazione delle mostarde.
Tel. 0375 89497 - www.cortebrandelli.it.


1


2


3

MOSTARDA DI POMODORINI ALLA VANIGLIA

INGREDIENTI PER 2 VASI DA 1/2 LITRO
1 kg di pomodorini piccoli - 350 g di zucchero - 2 baccelli di vaniglia - 1 grosso limone non trattato - 12 gocce di senape (in vendita nelle erboristerie)

● **1** Eliminate i piccioli ai pomodorini, metteteli in un colino, lavateli rapidamente e asciugateli.
● **2** Raccoglieteli in una capiente ciotola; tagliate il limone a fettine molto sottili a aggiungetele nella ciotola; mescolate bene con le mani.
● **3** Unite ai pomodorini anche lo zucchero; incidete nel senso della lunghezza i baccelli di vaniglia e, scorrendo con le dita, fate cadere i semini interni nella ciotola.
● **4** Coprite il recipiente con pellicola per alimenti e tenete in frigorifero per 24 ore.
● **5** Trascorso questo tempo lo zucchero si sarà sciolto completamente; scolate i pomodorini e teneteli da parte. Versate il liquido zuccherato in un tegame, portatelo a ebollizione e toglietelo dal fuoco.
● **6** Versate lo sciroppo caldo sui pomodorini e lasciate riposare altre 24 ore. Ripetete questa operazione altre 4 volte, lasciando riposare ogni volta al fresco per 24 ore.
● **7** Il quinto giorno versate sciroppo, pomodorini e baccelli di vaniglia nel tegame e fate bollire per 20 minuti. ● **8** Lasciate intiepidire, trasferite tutto in una ciotola, inseritevi un cucchiaio di legno per poter mescolare, coprite ancora con pellicola lasciando un angolo aperto e aggiungete le gocce di senape. Lasciate raffreddare e dopo un paio d'ore invasate. Utilizzate la mostarda dopo circa un mese.

● Cosa dice lo chef. La senape in gocce è molto irritante, quindi quando la aggiungete alla mostarda scostate il viso dal recipiente e non annusate. Al momento di invasarla procedete il più velocemente possibile. Questa mostarda si conserva perfettamente senza richiedere la pastorizzazione perché la senape è un conservante naturale. Servitela per accompagnare formaggi a pasta tenera tipo burrata, formaggella di stracchino stagionata e altri formaggi a pasta semidura come taleggio, morlacco, provolone; è perfetta anche con bolliti, stufati di maiale, pollo al vino e bottarga di tonno e di muggine.


8


7


6


4


5




1


2


3


4


5


6

MARMELLATA DI PESCHE TARDIVE

INGREDIENTI PER 2 CONTENITORI DA 1/2 LITRO
1 kg di pesche tardive biologiche (le più adatte sono quelle di Leonforte, presidio Slow Food) - 250 g di zucchero - 1 limone non trattato - 1/4 di Prosecco

● **1** Lavate e asciugate le pesche, poi tagliatele a fettine; raccoglietele in una ciotola, unite il limone, sempre tagliato a fettine, e mescolate.
● **2** Aggiungete lo zucchero, bagnate con il Prosecco e lasciate riposare per almeno 30 minuti.
● **3** Trascorso questo tempo versate tutto in una padella antiaderente e fate bollire per 15-20 minuti.
● **4** Scolate le pesche e tenetele da parte in una ciotola.
● **5** Rimettete la padella sul fuoco e fate bollire lo sciroppo per circa 10 minuti, finché si sarà un po' addensato.
● **6** Riversate lo sciroppo sulle pesche, lasciate raffreddare e coprite. Versate la marmellata in contenitori da freezer e conservatela in frigorifero per 10 giorni o nel congelatore, dove si manterrà fino a 12 mesi.

● Cosa dice lo chef. Con questo sistema di cottura, molto più rapido di quello previsto per le classiche marmellate, la frutta mantiene l sue caratteristiche naturali: sapore, profumo e colore restano integri anche dopo una lunga conservazione in freezer. Al momento di utilizzarla basta passarla in frigorifero per il tempo necessario a scongelarla. Se si desidera un prodotto ancora più leggero si può diminuire lo zucchero fino a 150 g. Questa marmellata di pesche è anche un'ottima base per gelati e semifreddi ed è perfetta come farcitura di torte e crostate: basta passarla per qualche istante al frullatore.



Fagioli al fiasco

RISCOPRIAMO INSIEME I SEGRETI DI QUESTO PIATTO DELLA PIÙ AUTENTICA TRADIZIONE TOSCANA

di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello, foto di Michele Tabozzi

Curiosando tra le pagine dei più autorevoli ricettari di cucina fiorentina, sui fagioli se ne leggono delle belle. Si parla per esempio di un canonico, tale Piero Valeriano, grande estimatore dei fagioli bianchi arrivati dalle Indie Occidentali e da lui pazientemente fatti germinare e sperimentati in cucina con grande successo: costui, dopo aver appreso che Caterina de Medici si sarebbe recata in Francia per sposarsi con Enrico II, persuase la famiglia Medici ad arricchire il già prezioso corredo della promessa sposa con un sacco degli eccellenti legumi. Con la convinzione che il cuore degli uomini si conquista partendo dallo stomaco, soprattutto, ed era il caso della grande Caterina, quando altre doti sono carenti. Era il 1547 e il successo tra i gastronomi transalpini non si fece attendere: i francesi riconobbero che con i fagioli bianchi fiorentini portati da Caterina lo stufato, il mitico cas-

> segue a pag. 48




1


2


3

PER 4 PERSONE
300 g di fagioli cannellini secchi - 1 ciuffo di salvia fresca - 1 spicchio di aglio - olio extravergine d'oliva toscano - sale - pepe -

• **1** La sera prima mettete i fagioli in una ciotola, copriteli con abbondante acqua fredda e lasciateli in ammollo per 12 ore. • **2** Al momento di cucinarli eliminate gli eventuali fagioli che galleggiano, versate gli altri in un colino e sciacquateli sotto l'acqua corrente. • **3** Prendete un fiasco (ideale quello tipico toscano da 3/4 di litro) e, aiutandovi con un paio di forbici, spagliatelo, conservando un po' della paglia. • **4** Introducete nell'imboccatura del fiasco un imbuto e inseritevi, pochi alla volta, i fagioli. • **5** Aggiungete le foglie di salvia, prima strofinate con un telo umido, uno spicchio d'aglio schiacciato, sale e pepe, versate acqua fredda fino a raggiungere i 3 quarti del fiasco e completate con 1/2 dl di olio extravergine d'oliva • **6** Tappate il collo del fiasco con un po' della paglia tenuta da parte, in modo che il vapore possa uscire, e procedete alla cottura: secondo il sistema tradizionale il fiasco con i fagioli va tenuto appoggiato, inclinato, sulla cenere calda del camino per circa 3 ore. In alternativa si può immergere in un pentolone di acqua, appoggiando la base su un telo ripiegato più volte, si mette poi il tutto su fuoco basso e si fa sobbollire per circa 3 ore o più, finché il liquido interno sarà quasi completamente assorbito. Servite i fagioli conditi con un filo di olio e una macinata di pepe.


4


5


6

I SUGGERIMENTI DI SALE & PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti che propongono nel menu i fagioli tipici toscani cucinati come una volta.

RISTORANTE MONTE A PESCIA DA PALMIRA
Via del Monte Ovest 1, Monte a Pescia (Pt), tel. 0572 490000.
Un locale accogliente in un borgo che domina la Valdinievole; sul grande camino si cucinano ottime carni alla brace ma tra le specialità spiccano anche pollo fritto e testina di vitello e non mancano mai i teneri e delicati fagioli di Sorana, preparati secondo tradizione e conditi con eccellente olio extravergine.

OSTERIA AL PONTE
Via Casabianca 25, Gaiole in Chianti (Si), tel. 057 7744007.
In questo elegante locale che ha sede in un vecchio mulino ristrutturato spiccano i piatti della tradizione chiantigiana come i pici cacio e pepe e il cinghiale; tra le specialità imperdibili il menu offre anche i fagioli cotti al fiasco.

TRATTORIA DI SOR PAOLO
Via Cassia per Firenze 40, San Casciano Val di Pesa (Fi), tel. 055 828402.
Qui si cucina come un tempo, secondo le antiche tradizioni toscane. I camini sono sempre accesi e almeno una volta in inverno si ripete il rituale della cottura dei fagioli al fiasco.

RISTORANTE MARIO
Via della Vite 55, Roma, tel. 06 6783818.
Tra i piatti della grande tradizione proposti dal locale, che tramanda da tre generazioni il meglio della cucina toscana, non manca mai la fiorentina di razza chianina e un contorno altrettanto mitico: i fagioli zolfini cotti al fiasco.

> segue da pag 46

ventava ancora più appetitoso. Qualche secolo dopo lo stesso Auguste Escoffier, mostrò di apprezzarli, tanto da dichiarare a Lina Cavalieri, sua affezionata cliente, "voi italiani avete scoperto l'America con Cristoforo Colombo perché là c'erano ad aspettarvi i fagioli".

Antiche cotture

Nonostante il nobile apprezzamento di illustri personaggi della storia e della cucina i fagioli sono stati considerati per secoli cibo plebeo, il nutrimento dei poveri. Ciò non toglie che in alcune regioni, soprattutto in Toscana, oggi sono considerati protagonisti d'eccellenza di piatti indimenticabili, sia che siano di Sorana, zolfini o cannellini. Fino a mezzo secolo fa nel Chianti si cuocevano nel camino. Sfornato il pane, si introduceva la pignatta dei fagioli, appena ricoperti di acqua, con gli immancabili aromi, salvia, rosmarino, alloro, aglio, un filo d'olio. Sobbollivano per ore e quando si sollevava il coperchio il profumo che si sprigionava era unico. Semplici fagioli all'olio, ma che bontà. Lo stesso rito, anche se con modalità diverse, della cottura al fiasco, che ha avuto origine proprio tra i vigneti del Chianti, ed è rimasto in uso a lungo presso quelle famiglie contadine che erano solite fare il pane in casa e volevano sfruttare fino alla fine il calore della cenere residua. Anche questo è un antico sistema adottato oggi da pochi estimatori. Perché ci vuole la pazienza di infilare i fagioli nel fiasco, e le braci di un fuoco di legna. All'interno i fagioli devono bollire piano, pianissimo, impercettibilmente. Prima di servirli bisogna attendere che l'acqua sia evaporata e l'olio assorbito. Qualche amatore si fa confezionare dei recipienti particolari di vetro verde che si possono tenere sdraiati tra le braci e con il collo più largo del normale. Ma c'è un'altra possibilità, più pratica: la cottura a bagnomaria, come suggerito nella ricetta riportata alla pagina precedente. Se non lo dichiarate, nessuno dei vostri ospiti se ne accorgerà. Sempre che non sia presente un toscano Doc.



PAROLA DI CHEF

Oggi sono pochi i ristoratori che propongono in carta questo piatto cucinato come una volta. Anche Lazzaro Cimadoro, chef del Ristorante & Hotel Casalta di Monteriggioni, in provincia di Siena (tel. 0577 3010029) lo prepara solo su espressa richiesta dei clienti, ma gli piace raccontarlo per soddisfare le curiosità dei neofiti e appassionati di tradizioni gastronomiche.
Come cucinavano i fagioli al fiasco i contadini di Monteriggioni? Sfruttando fino alla fine il calore della cenere del grande camino che si trovava nella loro case, ma c'era anche chi usava un semplice braciere intorno al quale ci si riuniva la sera per scaldarsi mentre si chiacchierava.
Cosa usavano per la cottura? Un fiasco di vino senza la paglia. Questo veniva chiuso con un tappo di sughero forato dove si infilava una cannuccia per permettere lo sfiato del vapore che si formava nel fiasco durante la cottura dei fagioli i
Come si servivano? Allora erano considerati un piatto unico, oggi sono il perfetto contorno di una bella fiorentina.



BERE GIUSTO

La bellezza dei fagioli al fiasco è tutta nel sottile equilibrio tra il gusto della terra e la varietà odorosa degli aromi usati nel condimento; a fondere questo incontro partecipano due prodotti pieni di luce: l'olio extravergine d'oliva e il vino, possibilmente dello stesso territorio, come la Vernaccia di San Gimignano, bianco secco e autorevole, ma anche avvolgente e setoso, ideale per unirsi alle proteine di questi teneri legumi.

Colazione all'americana

TOVAGLIETTE E RUNNER PER ALLESTIRE UN'APPARECCHIATURA INFORMALE O PER VALORIZZARE UN TAVOLO DI DESIGN

a cura di Francesca Romana Mezzadri, testo di Fiammetta Bonazzi, foto di Marco Azzoni/MDA, styling di Patrizia Cantoni



Invece della tovaglia

Per il breakfast, per la merenda e per un brunch informale: sono queste le occasioni in cui negli anni Cinquanta il bon ton suggeriva l'uso dei set all'americana, venuti alla ribalta nel Dopoguerra, proprio negli States, in alternativa alle apparecchiature tradizionali per la ricca prima colazione all'anglosassone.

Con l'evoluzione dei tempi e delle mode, le tovagliette oggi sono ammesse anche a pranzo e a cena, meglio ancora se si dispone di un tavolo artistico o pregiato - di legno, di cristallo, in pietra, ceramica o a mosaico - che sarebbe un peccato nascondere sotto una tovaglia.

> segue a pag. 50

● **1** Americani Summer, a righe multicolor, e Rail, a bande lilla (Linum, la coppia 17,40 €). ● **2** Lino gommato giallo pastello e verde oliva per le tovagliette Parentesi ovali (La Gallina Matta, 14,50 €). ● **3** Pied de poule bianco e rosso per la tovaglietta in puro cotone (Tablecloths 15,50 €). ● **4** È in cotone blu la tovaglietta Loft (Fazzini, 11,20 €). ● **5** Americano beige con fiori bianchi New Tradition, in lino e cotone (Fazzini, 9,80 €). **6** Giallo senape per la tovaglietta con tovagliolo in lino (C&C, 65 €). Indirizzi a pagina 8

> *segue da pag. 49*

Certo: magari aumenta il rischio di rovinare il piano con macchie e graffi, ma l'effetto scenografico è garantito.

Ci deve stare tutto

Su ogni tovaglietta va disposto tutto il necessario per il pasto, senza che nulla (nemmeno il bicchiere e il tovagliolo, sempre di tessuto) fuoriesca dal perimetro del set.

I condimenti e il pane si disporranno su un runner (o stripe), ovvero una striscia coordinata nel colore e nei materiali, da stendere lungo il tavolo, quadrato o rettangolare, mentre se è rotondo è preferibile una tovaglietta singola centrale.

Fondamentale che i set all'americana siano di stoffa, anche pregiata, mai di carta o (peggio!) di plastica: ci si può sbizzarrire tra cotone, canapa, garza, lino, anche nella nuova versione gommata antimacchia e meno sgualcibile. Per un azzardo decorativo, americani e stripe si possono posizionare, come fossero sottopiatti fuori misura, sopra un'eterea tovaglia di tulle, di pizzo o in macramé, in un gioco di sovrapposizioni capace di rendere la tavola ancora più preziosa.



● **1** Sono in cotone jacquard i due runner con fondo giallo canarino e con ramage arancio (La Mediterranea, 26,80 €). ● **2** È di lino il runner bordeaux (Society, la coppia 150 €). ● **3** La coppia di runner è in leggera garza verde salvia (Society, 115 €). ● **4** Bianco candido per il runner Cool con profili lilla e viola (Fazzini, 28,00 €). ● **5** Righe bianche e azzurre corrono lungo il runner Steam in cotone tinto in filo (Linum 28,50 €). ● **6** Il tovagliolo arancio è in cotone e lino (La Gallina Matta, 12 €). ● **7** Larghe bande arancio, bianco e grigio per il runner Combinazione in lino gommato (La Gallina Matta, 52,50 €). ● **8** Tutte le sfumature del cielo per il runner Eden in jacquard di cotone (Linum, 33,70 €). Indirizzi a pagina 8



La ricetta della bontà: sapore, tradizione e creatività.







Fiori di Zucca Farciti con Mortadella in Frittura Leggera

Ingredienti per 4 persone

- **Mortadella La Tua Veroni** .... 160 g
- fiori di zucca .... 12 fiori
- patata lessata .... 80 g
- olive nere snocciolate 4
- farina di ceci per la pastella .... 100 g
- acqua gassata .... q.b.
- sale .... q.b.
- olio di mais per friggere .... q.b.
- riso soffiato .... 1 cucchiaio
- latte di soia .... q.b.

Mettere la farina di ceci, l'acqua gassata e un pizzico di sale in un recipiente, amalgamare bene fino ad ottenere una pastella vellutata.
Pulire i fiori di zucca e asciugarli accuratamente. Mettere nel mixer la mortadella e le patate lessate e, a bassa velocità per non riscaldare il composto, creare un impasto omogeneo. Aggiungere del latte di soia per rendere il composto più morbido. Unire le olive tagliate a piccoli dadolini e il riso soffiato solo alla fine, senza frullare ulteriormente.
Riempire i fiori di zucca con il preparato ottenuto, passarli nella pastella e friggerli in olio di mais a 170° fino a completa doratura. Servire caldi.

Vito Lops *Ristorante Lo Zodiaco - Via Cavour, 1 - 20090 Opera (MI)*

Carni di altissima qualità. Lavorazioni accurate. Le mani sapienti di provetti maestri salumieri per i quali la lavorazione del maiale non ha segreti. Un profondo rispetto della tradizione.



Fin dal 1925 tutti i prodotti Veroni si distinguono per la loro genuinità e il loro gusto inimitabile che richiama il sapore di una volta e parla della nostra grande passione per le cose buone.







A pochi passi dal centro di La Thuile, in prossimità delle grandi pinete, la Taverna Coppapan è il rifugio perfetto per chi vuole concedersi il piacere della buona cucina lontano dalle rotte turistiche più battute. Qui i protagonisti sono la fontina e il lardo di Arnad, la toma e il génépy, il prosciutto di Saint Marcel e il miele di montagna, proposti dallo chef Nicola Farina in piatti di intrigante vivacità. Da gustare comodamente sul posto o ripetere subito a casa: basta fare un salto nelle botteghe di specialità valdostane e poi sperimentare gli acquisti golosi sulle ricette dello chef.



Brocca e bicchieri Zara Home, piatti Côté Table, tessuti La Fabbrica del Lino. Indirizzi a pagina 8

Formaggi a tutta fragranza

La location ideale è quella di un tavolo all'aperto affacciato sui pascoli, dove le mucche brucano quelle erbe e fiori profumati che danno una speciale fragranza ai formaggi d'alpeggio. Come il tomino fresco dell'antipasto: è così gustoso e fragrante che basta un pizzico di sale, pepe e timo per insaporirlo. L'abbinamento perfetto è con il prosciutto di Saint Marcel, perché il salume, stagionato all'aria pura dell'antico borgo vicino ad Aosta, è trattato sulla superficie con una miscela di erbe di montagna.

> segue a pag. 56

Pranzo in baita

ALTA CUCINA IN ALTA QUOTA PER UNA GIORNATA SPECIALE A LA THUILE. DOVE I SAPORI CORPOSI DEI PRODOTTI VALDOSTANI SONO INTERPRETATI CON SENSIBILITÀ CONTEMPORANEA E GIOIOSA

a cura di Enza Dalessandri, ricette di Nicolò Farina, foto di Alkemia, styling di Stefania Aledi, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi. Ha collaborato Claudia Compagni

Involtini di crudo di Saint Marcel con tomino fresco pag. 60



Tortino di patate gratinato pag. 60



Pirofila Ceramiche Fasano. Nella pagina accanto, piatto verde Ceramiche Fasano. Indirizzi a pagina 8









Risotto con erbette
e lardo di Arnad
croccante pag. 60



Pancetta alla birra rossa e miele pag. 60

> segue da pag. 52

Salendo in complessità, sapore e temperatura, il menu continua con il tortino di patate al gratin. È un piatto invitante e goloso, che parte da una base delicata di patate lessate, poi insaporite in padella con burro e scalogno e mescolate a un pugno di funghi trifolati raccolti nei boschi vicini. Come golosa finitura del piatto basta un velo di fontina, orgoglio caseario degli alpeggi valdostani, che fonde al calore del forno e lega tutti i sapori con la sua sfumatura amarognola.

Passando su un registro più raffinato e delicato, ecco il risotto alle erbette: per aggiungere al piatto una nota di carattere Farina lo serve con una guarnizione di fette croccanti di lardo di Arnad, altra gloria locale preparata a fondo valle e benedetta dalla Dop.

Il vero piacere della carne

Intera, magnifica, generosamente venata di grasso, la pancetta al forno si presenta su un piatto di legno dal bordo scavato, pronto ad accogliere il fondo di cottura e gli umori che la carne rilascia al taglio. Per darle un gusto così speciale, basta seguire la ricetta dello chef: si massaggia con un mix di miele d'acacia e sale grosso, si innaffia generosamente di birra rossa e poi si cuoce nel forno per oltre un'ora e mezza, dove si fa così tenera da sciogliersi in bocca.

> segue a pag. 59



Per chi vuole gustare in tutto relax i piatti presentati in queste pagine, golose ricette creative o le specialità più tipiche come pierrade, raclette e bourguignonne, l'indirizzo giusto è quello della Taverna Coppapan (La Thuile, Aosta, tel. 0165 884797, www.tavernacoppapan.com), dove lo chef Nicolò Farina ingentilisce e attualizza gli ingredienti del territorio. Mantenendone intatto il carattere. Il ristorante si trova nella favolosa foresta di La Thuile, non lontano dal centro del paese e ha una grande sala dall'atmosfera accogliente e coviviale con pareti e volte in pietra e tavoli, sedie e arredi in legno. In estate, per i più fortunati, il déhors del locale offre anche una vista spettacolare sulle cime sempre innevate.









Semifreddo alla vaniglia con sorbetto al génépy pag. 60







> *segue da pag. 56*

Pura dolcezza con brivido alcolico

Dopo un secondo robusto come la pancetta al forno, il semifreddo alla vaniglia rappresenta un'oasi di freschezza per il palato e i pensieri. Buono, piacevole, semplice, ha un gusto innocente e una consistenza arrendevole data dai tuorli montati con lo zucchero e legati con la panna montata. La pallina di gelato al génépy, con cui Farina accompagna le fette, non è obbligatoria, ma crea un contrasto intrigante grazie alla nota amarognola del distillato alpino che si ottiene facendo macerare nell'alcol per diversi giorni speciali erbe di montagna raccolte oltre i 2000 metri di quota.

Il profumo intenso e alcolico che si diffonde alla fine del pranzo anticipa l'arrivo di uno specialissimo "caffè dell'amicizia" servito nella grolla, la grande coppa in legno intagliato che si usa tappando con i pollici i beccucci adiacenti a quello dal quale si beve. E passando la coppa da un commensale all'altro senza mai appoggiarla sul tavolo, finché non è vuota. L'antico rituale è rigorosamente vietato ai minori, perché la ricetta della bevanda prevede caffè, zucchero e spezie, ma anche grappa e génépy.



Piatto Pagnossin. Indirizzi a pagina 8

INVOLTINI DI CRUDO DI SAINT MARCEL CON TOMINO FRESCO

PER 4 PERSONE
8 fette di prosciutto crudo di Saint Marcel alle erbe non troppo sottili - 100 g di tomino fresco - 2 rametti di timo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

1 Riunite in una ciotola il tomino con un cucchiaio di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e le foglie di timo tritate. Lavorate gli ingredienti con una spatola fino a ottenere una crema soffice e omogenea.
2 Trasferite la crema in una tasca da pasticciere montata con la bocchetta grossa liscia. Stendete le fette di prosciutto sul tagliere, fate scendere un po' di composto sul lato corto delle fette e arrotolatele. Servite gli involtini allineati sul piatto di servizio.

FACILISSIMA
Preparazione 10 minuti • Cottura nessuna • 125 cal/porzione

TORTINO DI PATATE GRATINATO

PER 4 PERSONE
600 g di patate rosse - 80 g di fontina Dop a fette sottili - 200 g di funghi misti - 1 scalogno - 1 spicchio di aglio - olio extravergine d'oliva - 30 g di burro - sale - pepe nero

1 Lavate le patate, riunitele in una pentola con abbondante acqua fredda e lessatele per 40 minuti. Scolatele e lasciatele raffreddare. Intanto pulite i funghi, tagliateli a pezzetti e saltateli in padella con 2 cucchiai di olio e l'aglio. Salate e pepate.
2 Sbucciate le patate e tagliatele a cubetti. Sbucciate lo scalogno, tritatelo e stufatelo in una padella antiaderente con il burro. Unite le patate, schiacciatele leggermente con un cucchiaio di legno, poi salate, pepate e fate insaporire per 5 minuti.
3 Trasferitele in 4 pirofile da porzione, copritele con la fontina e passatele nel forno caldo a 200° finché il formaggio si scioglie e inizia a dorare. Lasciate riposare il tortino per qualche minuto prima di servire.

FACILE
Preparazione 20 minuti • Cottura 50 minuti • 225 cal/porzione

BERE GIUSTO

A Nus, tra Aosta e Châtillon, fanno un Pinot Grigio che chiamano Malvoisie: si tratta di un bianco originale, secco e setoso, dotato di un alcolicità moderata e di una bella lunghezza, aspetti che sposano sia l'antipasto sapido e articolato sia il primo piatto profumato e delicatamente unto. Dal Fumin, vitigno rosso autoctono, si ottiene un vino ampio e speziato, dal sapore vellutato e appena tannico, ideale per gratificare gli aromi della pancetta e non privarci della sua soave e grassa morbidezza. Nessun vino sul dessert: il sorbetto al Genepy ne fa le veci.

RISOTTO CON ERBETTE E LARDO DI ARNAD CROCCANTE

PER 4 PERSONE
240 g di riso Carnaroli - 400 g di erbette - 1 litro di brodo vegetale - 8 fette di lardo di Arnad - 30 g di parmigiano reggiano grattugiato - 1 scalogno - 30 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale

1 Pulite le erbette, tagliatele a striscioline, lavatele e fatele sgocciolare. Sbucciate lo scalogno, tritatelo finemente e stufatelo in padella con 10 g di burro, poi unite le erbette e un pizzico di sale e cuocetele per 3-4 minuti o finché sono appassite e la loro acqua è evaporata.
2 Sciogliete 10 g di burro in una casseruola, unite un cucchiaio di olio e, quando è caldo, il riso. Tostatelo nel condimento per 2 minuti e portatelo a cottura aggiungendo man mano il brodo bollente.
3 Pochi minuti prima del termine della cottura incorporate le erbette preparate. Spegnete il fuoco, mantecate con il parmigiano e il burro rimasto, coprite e fate riposare per qualche minuto. Intanto tostate il lardo in una padella antiaderente e scolatelo sulla carta assorbente. Servite il risotto nei piatti decorando con il lardo croccante.

FACILE
Preparazione 15 minuti + riposo • Cottura 25 minuti • 440 cal/porzione

PANCETTA ALLA BIRRA ROSSA E MIELE D'ACACIA

PER 4 PERSONE
800 g di pancetta di maiale in un solo pezzo - 1 lattina di birra rossa - 2 cucchiai di miele di acacia - 1 cucchiaino di sale grosso grigio di Bretagna

1 In una ciolotina mescolate il miele con il sale grosso e massaggiate il pezzo di carne con il composto per 5 minuti in modo da insaporirlo.
2 Trasferitelo in una teglia da forno, versatevi sopra la birra e cuocetelo nel forno caldo a 160° per un'ora e mezza. Accendete il grill e lasciate dorare la carne per qualche minuto. Servitela tagliata a cubotti e accompagnatela, se vi piace, con gli spinaci lessati.

FACILE
Preparazione 10 minuti • Cottura 1 ora e 35 minuti • 810 cal/porzione

SEMIFREDDO ALLA VANIGLIA CON SORBETTO AL GÉNÉPY

PER 4 PERSONE
4 tuorli - 90 g di zucchero - 5 dl di panna fresca - 2 bacche di vaniglia - 4 palline di sorbetto al génépy - 4 fragole - menta - sale

1 Riunite in una ciotola i tuorli, lo zucchero, un pizzico di sale e montateli con le fruste fino a ottenere un composto molto chiaro e spumoso. Incidete una bacca di vaniglia nel senso della lunghezza e prelevate i semini raschiandoli con un coltellino.
2 Trasferiteli in un'altra ciotola con la panna e montate con le fruste fino a renderla soffice ma morbida. Amalgamatela al composto di tuorli, mescolando con una spatola con movimenti dal basso verso l'alto, poi versate il composto in uno stampo di metallo rotondo del diametro di 18 cm.
3 Fate gelare il semifreddo in freezer per almeno 6 ore, sformatelo sul piatto da portata, decoratelo con la bacca di vaniglia rimasta, le fragole, la menta e servitelo con il sorbetto.

FACILE
Preparazione 25 minuti + riposo • Cottura nessuna • 580 cal/porzione

Peperoni e corolle

PICCOLI ORTAGGI COLORATI, MELINE VERDI, FIORI ROSSO FUOCO PER UNA COMPOSIZIONE DALLE SFUMATURE DI FINE ESTATE, QUASI AUTUNNALI

a cura di Francesca Romana Mezzadri, realizzazione di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

Occorrente: 1 vaso di coccio o di terracotta chiaro - 1 piccola spugna per fioristi a base rettangolare - 1 decina di peperoni piccoli e peperoncini dolci o piccanti di colori assortiti rosso, verde, giallo e arancione - 4 rami di meline verdi - 4 rami di alstroemeria rossa - 1 rocchetto di filo di ferro sottile - spiedini lunghi di legno

- **1** Lavate e asciugate peperoni e peperoncini. Sagomate la spugna rifilandola con un coltello fino a ridurla in dimensioni adatte al vaso. Bagnatela posandola in un catino o nel lavello pieno d'acqua e lasciandola affondare lentamente, senza esercitare pressioni. Sgocciolatela e inseritela in verticale nel vaso.
- **2** Inserite nella spugna i primi 2 rami di meline. Infilate degli spiedini alla base di alcuni peperoni e peperoncini e inserite anch'essi nella spugna.
- **3** Accorciate i gambi dei fiori ed eliminate le foglie alla base. Inseriteli nella composizione, a ciuffi interi o divisi in singole corolle, in modo armonioso. Con il fil di ferro legate alcuni peperoni o peperoncini ai rami di meline. Completate la composizione proseguendo con l'inserimenti degli altri rami, fiori e ortaggi fino a riempire in modo equilibrato gli spazi vuoti.

Magatello o girello

MA ANCHE LACERTO: TANTI NOMI DIVERSI PER UN TAGLIO DI CARNE VERSATILE E DI GRANDE DELICATEZZA

a cura di Francesca Romana Mezzadri, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Ornella Rota, abbinamento con i vini di Sandro Sangiorgi



Bignè dorati ai capperi, pag 68
Irresistibili bocconcini di vitello, avvolti in una pastella dagli aromi mediterranei e fritti rapidamente, da gustare ben caldi e fragranti.

Carpaccio di manzo arrosto alle erbe, pag 68

Una marinatura ricca di sapori e profumi rende speciale questa carne cotta al sangue, in una portata da gustare fredda, affettata sottilmente.

Piatti Rina Menardi, tovaglioli Society, posata Sambonet. Indirizzi a pagina 8



La polpa più magra

Muscolo affusolato, quasi perfettamente cilindrico, ricavato dalla parte più alta ed esterna della coscia del bovino: questo è il taglio che si chiama magatello in Lombardia, girello nel resto del Centro Nord, lacerto man mano che si scende lungo lo Stivale. Che sia di vitello o di manzo, il magatello ha polpa magrissima, addirittura fin troppo per gli amanti delle venature di grasso che rendono succulenti altri pezzi (come il roastbeef). Per questo, non ammette mezze misure: o si cuoce rapidamente, sulla fiamma viva, lasciandolo al sangue, oppure si sottopone a una dolce brasatura, si "affoga" in un umido, si arrostisce lentamente. E non si cucina solo intero: in fettine sottili dalla bella forma rotonda, si presta a confezionare scaloppine o si può arrotolare a involtino, mentre tritato al coltello è ottimo in tartare crude e polpettine. Il girello di manzo è fra i tagli usati, in Trentino, per la carne salada, mentre in Sicilia il "lacertu" di vitello alla palermitana è un arrosto "morto" cucinato con il brodo, il pomodoro e tante cipolle. Se deve essere servito freddo, guadagna in morbidezza fatto riposare nel brodo di cottura. È quel che accade nella ricetta più classica, il vitello tonnato piemontese che, una volta raffreddato, è affettato fine e salsato con generosità.



Piatti Rina Menardi, tovagliolo Society, posate Coin. Indirizzi a pagina 8

Arrotolato farcito ai pomodori secchi, pag 68

Il segreto di questo arrosto è nella ricca farcitura, che abbina ingredienti sapidi come la pasta d'acciughe e le olive alla nota intensa dell'origano.



Scaloppine all'uva, rosmarino e ginepro, pag 68

Il sentore resinoso delle piccole bacche di montagna si combina alla dolcezza degli acini in un intingolo che nobilita le semplici fettine, infarinate e rosolate.



Piatti Rina Menardi, tovagliolo Society, posate Rosenthal, bicchieri Sintesi. Indirizzi a pagina 8

BERE GIUSTO

L'aspetto saliente del magatello è la magrezza, quindi al vino non servono tannini forti. I vini adatti saranno rossi morbidi come il Merlot, che accompagna bene la mostarda di peperoni. Oppure, bianchi e rosati: il siciliano Catarratto sposa i bignè, il Cerasuolo d'Abruzzo accoglie la freschezza dell'uva, al robusto Pigato del Ponente il compito di governare il ripieno dell'arrosto, al delicato Cortese il carpaccio.

Bollito con mostarda di peperoni e mosto cotto, pag 69

Cottura lentissima e dolcissima per una carne di gusto tenue che si completa, per contrasto, con una composta di ortaggi intensamente speziata.





BIGNÈ DORATI AI CAPPERI

PER 4 PERSONE
600 g di magatello di vitello - 100 g di farina - 1 dl di vino bianco - 1 uovo - 2 cucchiai di capperi sotto sale - 1 spicchio d'aglio - 1 mazzetto di timo - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 limone non trattato - 1 cespo di radicchio - 1 porro - olio di semi di arachidi - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Separate l'albume dal tuorlo. Preparate una pastella con il vino, il tuorlo, la farina e fate riposare 30 minuti. Intanto, tagliate la carne a dadi di 3 cm e marinateli con un filo d'olio, l'aglio a fettine, timo, pepe e la scorza grattugiata del limone. Dissalate i capperi.
● **2** Tritate i capperi con qualche foglia di timo, prezzemolo e un pezzetto di scorza. Incorporate alla pastella il trito aromatico e l'albume montato a neve.
● **3** Passate i dadi nella pastella, tuffateli pochi per volta in abbondante olio di semi caldo, friggete 4-5 minuti a fuoco medio e scolate su carta per fritti. Servite con il radicchio e il porro a julienne conditi con sale, pepe, olio e prezzemolo.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti + riposo** ● **Cottura 20 minuti** ● **390 cal/porzione**



CARPACCIO DI MANZO ARROSTO ALLE ERBE

PER 6 PERSONE
1 kg di magatello di manzo - 1 rametto di rosmarino - 1 ciuffo di salvia - 1 mazzetto di timo - 1 cucchiaino di zucchero - 1 spicchio di aglio - 8 ravanelli - 1 mela verde - 100 g di barbabietola cruda - 1/2 limone - olio extravergine d'oliva - sale, pepe in grani

● **1** Tritate le erbe. Mescolatene metà con lo zucchero, sale e grani di pepe pestati. Strofinate il miscuglio sul magatello, avvolgetelo in un foglio di pellicola e lasciatelo riposare un'ora.
● **2** Spennellate il magatello con un po' d'olio, eliminando gli aromi dalla superficie perché non brucino in cottura. Legate la carne con qualche giro di spago e rosolatela a fiamma molto vivace in una casseruola antiaderente fino a renderla ben caramellata in superficie.
● **3** Trasferite la carne nel forno, in una teglia, e cuocetela a 200° per 25 minuti, rigirandola di tanto in tanto. Sfornatela, insaporitela con il trito aromatico tenuto da parte e un filo d'olio, avvolgetela nell'alluminio e lasciatela raffreddare completamente, prima a temperatura ambiente, poi in frigorifero.
● **4** Tagliate i ravanelli, la mela e la barbabietola a dadini. Raccoglieteli in una ciotola e conditeli con una emulsione preparata con 1 cucchiaio di succo di limone, 3 di olio e sale.
● **5** Affettate il magatello a carpaccio, se possibile con l'affettatrice, e servitelo con la macedonia di verdure.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 30 minuti** ● **280 cal/porzione**



ARROTOLATO FARCITO AI POMODORI SECCHI

PER 6 PERSONE
800 g di magatello di vitello - 40 g di pasta d'acciughe - 50 g di pomodori secchi sott'olio - 50 g di olive verdi denocciolate - origano secco - 2 cipollotti - 1/2 bicchiere di vino bianco - 800 g di patate novelle - 1 spicchio di aglio - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Incidete il magatello con un taglio a spirale per tutta la lunghezza. Allargatelo sul piano di lavoro e spalmatelo con la pasta d'acciughe.
● **2** Tritate grossolanamente i pomodori secchi con le olive e 1 cipollotto e distribuiteli sulla fetta di carne. Insaporite con un grosso pizzico di origano e pepe a piacere.
● **3** Arrotolate il magatello e legatelo con qualche giro di spago. Rosolatelo in un tegame con un filo d'olio e l'altro cipollotto a pezzi, rigirandolo più volte in modo che prenda colore uniformemente, quindi bagnatelo con il vino, lasciate che evapori un po', poi coprite e cuocete per 40 minuti circa, bagnandolo di tanto in tanto con il fondo di cottura.
● **4** Lavate bene le patate e, senza sbucciarle, tagliatele a spicchietti. Rosolatele per 20 minuti circa in padella con l'aglio schiacciato, olio, sale, pepe e un pizzico di origano. Servitele con l'arrosto affettato.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 60 minuti** ● **365 cal/porzione**



SCALOPPINE ALL'UVA, ROSMARINO E GINEPRO

PER 4 PERSONE
600 g di magatello di vitello a fettine - 400 g di acini di uva nera - 8 bacche di ginepro - 2 rametti di rosmarino - 100 g di farina - 1 spicchio di aglio - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Mettete nel mixer la farina con una manciatina di aghi di rosmarino e

4 bacche di ginepro pestate: azionate l'apparecchio fino ad ottenere una miscela fine e omogenea. Schiacciate metà degli acini d'uva con uno schiacciapatate per ricavare il succo.
● **2** Battete con il batticarne le fettine di magatello, chiuse tra due fogli di carta da forno, per allargarle e assottigliarle un po'. Passatele nella miscela di farina aromatizzata, premendo da entrambi i lati con i palmi perché aderisca bene.
● **3** Sciogliete il burro in una padella antiaderente con un filo d'olio, il resto del ginepro e lo spicchio d'aglio schiacciati. Doratevi qualche istante le fettine di carne su entrambi lati, poi bagnatele con il succo di uva.
● **4** Salate e pepate, unite gli acini interi rimasti e cuocete per 10 minuti circa, bagnando eventualmente con poca acqua calda. Completate con un trito finissimo di rosmarino fresco.

FACILE
● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 390 cal/porzione



BOLLITO CON MOSTARDA DI PEPERONI E MOSTO COTTO

PER 4 PERSONE
800 g di magatello di vitello - 1 scalogno - 1 costola di sedano - 1 mazzetto di santoreggia - 2 foglie di alloro - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 1 cipolla rossa - 1 dl di mosto cotto (salsa dolce d'uva, reperibile nelle gastronomie fornite) - 4 gocce di essenza di senape - 2 dl di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale, pepe in grani

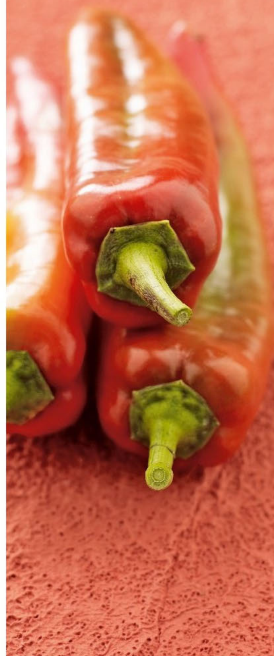
● **1** Preparate in anticipo la mostarda: tagliate i peperoni e la cipolla a striscioline e fateli rosolare con un filo di olio in un tegame. Salate e pepate, unite il mosto cotto e lasciate sul fuoco per una decina di minuti, poi spegnete, unite l'essenza di senape e mescolate bene. Lasciate riposare almeno un paio di giorni in frigorifero.
● **2** Portate a ebollizione il vino con 2 litri d'acqua, il sedano, qualche rametto di santoreggia, l'alloro, lo scalogno, una manciatina di sale e qualche grano di pepe: immergetevi il magatello e fatelo bollire a fuoco dolcissimo per almeno 2 ore. Spegnete e fate raffreddare nel brodo.
● **3** Scolate e affettate sottilmente il magatello ormai freddo, sistemate le fettine su un piatto e completate con la mostarda di peperoni e mosto.

FACILE
● Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 2 ore e 20 minuti ● 345 cal/porzione

Peperoni

ROSSI, GIALLI O VERDI, SONO UN INNO ALL'ESTATE, UN'ESPLOSIONE DI COLORI E DI GUSTO. CHE RALLEGRANO TANTE KERMESSE GASTRONOMICHE NEI LORO LUOGHI D'ELEZIONE

testo di Paola Mancuso, ricette di Claudia Compagni, foto di Alkèmia, stylist Stefania Aledi









TROVATE TANTE ALTRE RICETTE CON I PEPERONI SULLA NUOVA APP DI SALE&PEPE. SCOPRITE COME INSTALLARLA A PAGINA 114





CREDITI FOTOGRAFICI GAFSAGSGAF SASD



Qui sopra, la passata edizione della Sagra del Peperone di Zero Branco (Treviso). In alto e a sinistra, la sagra di Carmagnola, nel Torinese: la preparazione della peperonata e la locandina.

Dalle Americhe – sua zona d'origine – il peperone si è diffuso nella nostra cucina ancora prima del pomodoro, tanto che a Napoli il primo condimento per la pasta fu proprio una salsa di peperone, soppiantata dalla "pummarola" solo più tardi. Un ortaggio squisitamente mediterraneo, quindi, profondamente radicato nella nostra gastronomia e coltivato in tantissime varietà, anche se sono due i gruppi principali: quelli grossi e carnosi, di forma quadrangolare, che la cucina tradizionale interpreta soprattutto ripieni, e quelli lunghi e stretti. Come i friggitelli, piccoli, verdi e dolci, tipici del nostro meridione, perlopiù fritti tal quali, senza pulirli dai semi e dal peduncolo, curioso esempio di come il metodo di cottura indichi l'ortaggio stesso. Immancabili nelle feste estive paesane, vengono spesso abbinati alla salsiccia. Perché la personalità forte del peperone richiede ingredienti di pari rango: dai capperi al pecorino, fino alle acciughe. Come si fa in Piemonte, vero territorio d'elezione dei peperoni, dal rinomato Quadrato d'Asti al raro Capriglio, presidio Slow Food. In questa regione i peperoni si gustano crudi in pinzimonio con la bagna cauda, tipica salsa a base di aglio, olio extravergine e, appunto, acciughe. Per assaggiarli, l'occasione migliore

> *segue a pag. 73*

Risotto ai peperoni

Piatto in vendita da Chantal Delorme (Mi); teglia Fasano Ceramiche, piatto verde di Pagnossin. Indirizzi a pagina 8

RISOTTO AI PEPERONI

PER 4 PERSONE
240 g di riso Carnaroli - 2 peperoni gialli - 1 cipolla bionda piccola - 1 rametto di rosmarino - mezzo bicchiere di vino bianco - 1,2 l di brodo vegetale - 30 g di pecorino fiore sardo - olio extravergine d'oliva - pepe nero

● **1** Abbrustolite i peperoni sotto il grill del forno, pelateli ed eliminate picciolo, semi e filamenti. Riduceteli a falde, tagliatene 2 a dadini e frullate le rimanenti.
● **2** Sbucciate e tritate fine la cipolla con il rosmarino, stufateli in una casseruola con 3 cucchiai d'olio e uno di brodo, unite il riso e tostatelo nel condimento per 2-3 minuti. Versate il vino e fatelo sfumare.
● **3** Bagnate il riso con il brodo bollente e portatelo a cottura. Al termine, unite il peperone a dadini, la purea e il pecorino grattugiato. Mescolate, profumate a piacere con una macinata di pepe nero e servite.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 25 minuti** ● **315 cal/porzione**

FRIGGITELLI AL PANGRATTATO

PER 4 PERSONE
800 g di friggitelli - 1 cipolla bianca - 50 g di pinoli - 50 g di pangrattato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

● **1** Lavate i friggitelli, asciugateli e cuoceteli in una padella con 4 cucchiai d'olio e una presa di sale fino a che risultano appassiti.
● **2** Sbucciate la cipolla, tagliatela a lamelle sottili e stufatela dolcemente in una padella con 4 cucchiai di olio. Unite i pinoli e proseguite la cottura fino a che iniziano a diventare dorati.
● **3** Aggiungete il pangrattato, mescolate e fate tostare anche questo. Versate il tutto sui peperoncini, aggiungete una macinata di pepe, mescolate e serviteli, a piacere, caldi o freddi.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 20 minuti** ● **300 cal/porzione**

PEPERONI RIPIENI

PER 4 PERSONE
4 peperoni corno di bue grossi - 200 g di pecorino dolce o scamorza bianca - 20 olive nere di Gaeta - 1 rametto di origano secco - 4 filetti di acciuga sott'olio - 1 spicchio d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Lavate e asciugate i peperoni, ritagliatene una fetta nel senso della lunghezza e riducetela a dadini. Sbucciate lo spicchio d'aglio, stufatelo dolcemente in una padella con 3 cucchiai d'olio e unite la dadolata di peperone. Regolate di sale, proseguite la cottura per 10 minuti, eliminate l'aglio e spegnete.
● **2** Svuotate i peperoni da semi e filamenti e cuoceteli in una padella antiaderente con 2 cucchiai d'olio per 5-6 minuti, rigirandoli su tutti i lati. Tagliate il formaggio a dadini e mescolatelo con la dadolata di peperone raffreddata, le olive e l'origano sbriciolato.
● **3** Ungete leggermente una pirofila, disponetevi i peperoni con la parte tagliata rivolta verso l'alto, salateli internamente e farciteli con il composto preparato. Metteteli nel forno già caldo a 200° per circa 20 minuti e serviteli tiepidi, disponendovi sopra le acciughe a tocchetti.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **350 cal/porzione**

GLI APPUNTAMENTI

63° SAGRA DEL PEPERONE
Carmagnola (To), dal 31 agosto al 9 settembre. Grande festival con mercati, laboratori, degustazioni, concerti ed eventi di ogni tipo. Info: www.comune.carmagnola.to.it

IL SALTO DELL'ACCIUGA
Laigueglia (Sv), 6 e 7 ottobre All'interno della manifestazione, grande festa a base di "bagna càuda" con i peperoni di Carmagnola. Info: 339 4742880 (Ass. Mare e Mestieri)

2° SAGRA DEL PEPERONE
Pontecorvo (Fr), 8 settembre Degustazioni del rinomato peperone Dop e prodotti gastronomici locali, musiche e spettacoli folkloristici. Info: tel. 077 676211 (Comune)

45° SAGRA DEL PEPERONE
Zero Branco (Tv), dal 31 agosto al 10 settembre. Mostra del peperone e di altri prodotti orticoli di stagione, stand gastronomici e spettacoli musicali tutte le sere. Info: www.prolocozerobranco.it


Friggitelli al pangrattato



Peperoni ripieni

> segue da pag.71

è il collaudato festival che da 63 anni si tiene a Carmagnola (To). La cittadina dedica alle sue quattro varietà di peperoni Igp (Quadrato, Corno di bue, Trottola e Tumaticot) 10 giorni di assaggi ed eventi. Clou della kermesse è il 9 settembre, con la degustazione "Bagna càuda e povron". Per chi si trovasse in Liguria il mese successivo (6 e 7 ottobre), l'evento viene riproposto nel delizioso borgo di Laigueglia (Sv), nell'ambito di "Il salto dell'acciuga", manifestazione al suo esordio che prende spunto dall'omonimo libro di Nico Orengo e dall'antico connubio tra mare (quello ligure) e terra (piemontese).

Per assaggiare altri piatti a base di peperoni, si punta a un piccolo centro del Trevigiano, Zero Branco, polo di coltivazione di una varietà di peperoni carnosi, con polpa giallo brillante e sapore dolce, "discendenti" del Quadrato d'Asti. Gli stand gastronomici della sagra offrono piatti semplici a base di questo e altri ortaggi. Come caserecci e gustosi (pasta con i peperoni, peperonata, panini con salsiccia e peperone) sono i piatti che vengono offerti alla sagra di Pontecorvo, vivace paese ciociaro con un fiore all'occhiello: un peperone di forma allungata a "corno di bue", buccia rossa e sottilissima, polpa dolce e profumata: l'unico peperone italiano a cui è stata riconosciuta la Dop.

Focacce dolci

HANNO IL BUON SAPORE DI UN TEMPO QUESTE SEMPLICI PASTE LIEVITATE ARRICCHITE CON SUCCOSA FRUTTA DI STAGIONE E CREME DELIZIOSE

a cura di Marina Cella, ricette di Claudia Compagni, foto di Luca Colombo/ Studio XL, stylist Barbara Mantovani e Sissi Valassina



Ciotolina Villeroy&Boch, cucchiaio in legno Seletti. Indirizzi a pagina 8






1


2


3


4

FOCACCETTE DI GRANO SARACENO E PESCHE

PER 4 PERSONE

250 g di farina di grano saraceno - 250 g di farina di frumento - 250 g di patate - 170 g di yogurt greco - 110 g di zucchero semolato - 150 g di zucchero di canna - 4 pesche - 15 g di lievito di birra - 1 dl di latte - 1 uovo - 2 rametti di timo cedrato - un pizzico di sale

• **1** Lavate le patate, pelatele, tagliatele a tocchetti, cuocetele a vapore e schiacciatele. Sciogliete il lievito di birra in una ciotola con il latte intiepidito e un cucchiaino di zucchero semolato, unite 50 g di farina di frumento, mescolate e lasciate lievitare in luogo tiepido per 30 minuti. • **2** Unite le patate schiacciate, le farine rimaste, 90 g di zucchero di canna, lo yogurt e il sale. • **3** Impastate gli ingredienti per circa 10 minuti. Formate una palla e trasferitela in una ciotola. • **4** Coprite con un foglio di pellicola e fate lievitare per un'ora e mezzo circa fino a che la pasta è raddoppiata di volume. Nel frattempo pelate le pesche, tagliatele a fettine e cuocetele in una casseruola con lo zucchero semolato rimasto e un rametto di timo, fino a che tutto il liquido è evaporato • **5**. Dividete il composto in 10 panetti dello stesso peso. • **6** Stendetene 8 in sfoglie rotonde di circa mezzo cm di spessore e disponete su 4 sfoglie i 2/3 della composta di pesche. • **7** Trasferite le focaccine su una teglia rivestita con carta da forno e copritele con i dischi rimasti. Spennellate la superficie con l'uovo sbattuto. • **8** Ricavate dai panetti rimasti dei cordoncini di pasta, intrecciateli e disponeteli lungo i bordi delle focaccine. Decoratele con la composta di pesche rimasta, cospargetele con lo zucchero di canna rimanente e fatele lievitare per altri 30 minuti. Disponete le focaccine in forno già caldo a 200° e cuocetele per circa 35 minuti. Lasciatele intiepidire, decoratele con le foglioline del rametto di timo rimasto e servite.

MEDIA • **Preparazione 30 minuti + riposo** • **Cottura 50 minuti** • **675 cal/porzione**


5


6


7


8



Piatto Ittala, bicchiere Isi Milano. Indirizzi a pagina 8



Golose tradizioni

Semplice e rassicurante come le ricette della nonna, la focaccia dolce è la sorella meno nota di quella salata, ma non per questo meno squisita. Le sue origini risalgono alla tradizione contadina di preparare dolci rustici con i pochi ingredienti poveri a disposizione, come la pasta di pane avanzata, lo zucchero e la frutta. Soffici preparazioni che sopravvivono ancora oggi nella pasticceria casalinga, soprattutto in regioni come il Piemonte, la Liguria, il Veneto e la Toscana. Ed è proprio nelle zone del Chianti e di Firenze che, nei mesi di settembre e ottobre durante la vendemmia, si prepara la schiacciata con l'uva, composta da due strati di pasta farciti con uva nera. Altro frutto autunnale che si sposa con la focaccia è il fico che, con la sua polpa zuccherina, addolcisce il semplice impasto; ma si possono scegliere tante altre varietà a seconda della stagione, dalle pesche alle mele, dalle susine alle ciliegie. Oltre che fresca, la frutta può essere essiccata, come nella focaccia all'uvetta e pinoli o quella alle mandorle; o anche candita, sulla scia di altri più nobili dolci lievitati come il panettone e il pandolce. Per chi alla frutta preferisce altre farciture, è irresistibile la focaccia al cioccolato; più semplice ma sempre golosa quella al miele, da aromatizzare a piacere con cannella o altre spezie. In quanto all'impasto, agli ingredienti base della focaccia salata, farina, acqua e lievito, si aggiunge lo zucchero in dosi abbastanza ridotte e, a seconda delle ricette, uova, latte, ricotta, yogurt, olio, burro o altri grassi. La scelta della farina dipende dai gusti: la più utilizzata è quella di frumento, di grano tenero tipo 00, a piacere mescolata con la Manitoba, che contiene più glutine e lievita più facilmente. Ma molte ricette rustiche prevedono l'aggiunta di farine diverse, come quella di grano saraceno, di mais, di farro. Come lievito si usa quello di birra (fresco o in polvere) oppure, se si ha a disposizione la pasta madre, quello naturale. *M. C.*



SCHIACCIATA DI FARRO ALL'UVA

PER 6 PERSONE
200 g di farina di frumento - 350 g di farina di farro - 1 kg di uva nera - 25 g di lievito di birra - 100 g di zucchero - pepe nero - olio extravergine d'oliva - un pizzico di sale

● **1** Lavate e asciugate gli acini d'uva, distribuiteli sulla teglia del forno rivestita con carta oleata e fateli appassire a 180° per circa 20 minuti. Scolateli dal succo emesso e tenetelo da parte.
● **2** Sciogliete il lievito con 1 dl di acqua tiepida e 1 cucchiaino di zucchero, unite 50 g di farina di frumento e il sale lasciate lievitare per 30 minuti in luogo tiepido.
● **3** Aggiungete le farine rimaste, 1 dl di acqua, 4-5 cucchiai di olio, 80 g di zucchero, una macinata di pepe e il sale e impastate per almeno 10 minuti. Formate una palla, incidetela a croce e fatela lievitare in luogo tiepido per 2 ore.
● **4** Sgonfiate l'impasto senza lavorarlo. Dividetelo in 2 porzioni dello stesso peso e stendetele in 2 sfoglie di 1/2 cm di spessore. Disponete la prima in una teglia di 22x28 cm, cospargetela con la metà degli acini d'uva, copritela con la seconda sfoglia, completate con l'uva rimasta e spolverizzatela con lo zucchero rimanente.
● **5** Fate aderire tra loro i bordi della pasta e lasciate lievitare la focaccia coperta per 30 minuti. Poi cuocetela nella parte bassa del forno già caldo a 200° per circa 45 minuti. Fatela raffreddare e servitela con il succo d'uva tenuto da parte diluito a piacere con acqua frizzante ben fredda.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 1 ora e 5 minuti** ● **530 cal/porzione**



DELIZIE ALLA RICOTTA

PER 5 PERSONE
400 g di farina tipo 00 - 300 g di ricotta romana - 120 g di zucchero - 1 baccello di vaniglia - 25 g di lievito di birra - 2 cucchiai di latte - 2 cucchiai d'olio - 1 uovo - un pizzico di sale

● **1** Sciogliete il lievito con 1 dl di acqua tiepida e 1 cucchiaino di zucchero, unite 50 g di farina, mescolate e lasciate lievitare in luogo tiepido per 30 minuti. Aggiungete la farina rimasta e 100 g di zucchero, la ricotta, il sale, i semini contenuti nel baccello di vaniglia e l'olio e impastate gli ingredienti per circa 10 minuti.
● **2** Trasferite l'impasto in una ciotola, copritela con la pellicola e fate lievitare per un'ora e mezzo. Sgonfiate leggermente la pasta senza lavorarla, dividetela in 10 panetti di circa 100 g l'uno e stendeteli con le mani su una teglia rivestita con carta oleata.
● **3** Fate lievitare le focaccine coperte per 30 minuti. Poi spennellatele con l'uovo sbattuto con il latte, cospargetele con lo zucchero rimasto e infornatele a 180° per 30 minuti.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 30 minuti**
● **480 cal/porzione**

FAGOTTINI FARCITI ALLA CREMA DI NOCCIOLA

PER 6 PERSONE
400 g di farina tipo 00 - 15 g di lievito di birra - 200 g di crema spalmabile alla nocciola - 50 g di zucchero - 1,5 dl di latte - cacao amaro in polvere - zucchero a velo - un pizzico di sale

● **1** Sciogliete il lievito di birra con il latte tiepido e 1 cucchiaino di zucchero, unite 50 g di farina, mescolate e lasciate lievitare per 30 minuti.
● **2** Unite la farina rimasta, la crema alla nocciola, lo zucchero rimanente e il sale e impastate gli ingredienti per circa 10 minuti. Formate una palla, incidetela a croce e lasciatela lievitare coperta, in luogo tiepido, per almeno 2 ore.
● **3** Sgonfiate la pasta senza lavorarala, dividetela in 12 panetti di 30 g l'uno, stendeteli in maniera irregolare e lasciateli lievitare nuovamente per 30 minuti.
● **4** Cospargete le focaccine con il cacao e cuocetele in forno già caldo a 180° per circa 25 minuti. Servitele fredde spolverizzate di zucchero a velo.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti + riposo** ● **Cottura 25 minuti** ● **453 cal/porzione**



TORTA SEMPLICE AI FICHI CON VIN SANTO

PER 6 PERSONE

500 g di farina tipo 00 - 6 fichi verdi e 6 fichi neri- 130 g di zucchero di canna - 25 g di lievito di birra fresco - 2 uova - 4 cucchiai di vin santo - olio extravergine d'oliva - un pizzico di sale

● **1** Sciogliete il lievito con 1 dl di acqua tiepida e 1 cucchiaino di zucchero, unite 50 g di farina, mescolate e lasciate lievitare per 30 minuti.

● **2** Aggiungete la farina rimasta, il vin santo, 90 g di zucchero, le uova e il sale; versate 1/2 dl di acqua tiepida e 1/2 di olio e impastate gli ingredienti per almeno 10 minuti. Lasciate lievitare l'impasto coperto in luogo tiepido per 2 ore.

● **3** Sgonfiate la pasta, stendetela in una teglia di 28x38 cm rivestita con carta da forno, copritela con i fichi tagliati a fettine, cospargeteli con lo zucchero rimasto e lasciate lievitare nuovamente la focaccia per mezz'ora. Cuocetela in forno già caldo a 200° per circa 35 minuti e servitela tiepida.

FACILE

● **Preparazione 30 minuti + riposo** ● **Cottura 35 minuti** ● **506 cal/porzione**



Tovagliolo in lino Quagliotti. Nella pagina accanto: in alto piattino Taitù, a lato piatti Richard Ginori (i primi 2 in basso) e Isi Milano (il terzo sopra). Indirizzi a pagina 8



Piatto Villeroy&Boch.
Indirizzi a pagina 8

PANDOLCE ALLO ZAFFERANO CON POLVERE DI LIQUIRIZIA

PER 6 PERSONE
400 g di farina tipo 00 - 140 g di scorze d'arancia candita - 170 g di zucchero - 1,5 dl di latte - 6 scaglie di liquirizia - 2 cucchiai di rum - zafferano in stimmi (1 conf. da 0,3 g) - 25 g di lievito di birra fresco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Riunite in una ciotola le scorze candite con il rum e lasciatele macerare per un'ora. Intiepidite leggermente il latte, unite lo zafferano e il lievito di birra sbriciolato e mescolate fino a che si è sciolto. Aggiungete 50 g di farina, mescolate nuovamente e lasciate lievitare in luogo tiepido per mezz'ora.
● **2** Unite la farina rimasta, i canditi con il rum, 150 g di zucchero, un pizzico di sale e 1/2 dl di olio e impastate per almeno 10 minuti. Trasferite l'impasto in una ciotola leggermente oliata, incidetelo a croce, coprite con un foglio di pellicola e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per un'ora e mezzo.
● **3** Sgonfiate l'impasto, trasferitelo in uno stampo di 26 cm di diametro, copritelo con un canovaccio pulito e fatelo lievitare per altri 35-40 minuti.
● **4** Cospargete l'impasto con la liquirizia pestata e lo zucchero rimasto, versate a filo un cucchiaio d'olio e cuocete in forno già caldo a 200° per circa 35 minuti.

FACILE ● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 35 minuti ● 520 cal/porzione

Semifreddo di melanzane e pistacchi

UNA STRABILIANTE COMBINAZIONE DI FRAGRANZE MEDITERRANEE PER UN INSOLITO DESSERT DI FINE ESTATE. CON UNA DELICATA NOTA ZUCCHERINA MESSA IN RISALTO DA SFUMATURE SALATE

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini, a cura di Mariateresa Carlucci, foto di Michele Tabozzi


1


2


3



INGREDIENTI PER 10 PORZIONI
Per il semifreddo: 400 g di melanzane violette - 240 g di zucchero - 3 dl di panna fresca - 4 g di menta fresca – 2 albumi (75 g circa) – 1 pizzico di sale
Per la salsa di cioccolato: 100 g di cioccolato fondente 65%
Per la granella di pistacchio: 400 g di pistacchi salati con il guscio o 200 g già sgusciati
Per guarnire: foglioline di menta

● **1** Lavate le melanzane, sbucciatele e tagliatele a cubetti. Raccoglieteli in una padella con metà dello zucchero e lasciate sobbollire per 30 minuti, aggiungendo mezzo litro d'acqua poco alla volta. ● **2** Frullate le melanzane ancora calde fino a ottenere un composto lucido e omogeneo. Lasciatelo raffreddare e poi unite la menta fresca tritata. ● **3** Montate gli albumi con lo zucchero rimasto e il sale finché saranno a neve ben ferma; per verificarlo, basta inclinare o capovolgere la ciotola: non devono cadere. Incorporateli poco alla volta al composto di melanzane e aggiungete, sempre gradualmente, anche la panna semimontata. Trasferite il composto in 10 stampini cilindrici di 3,5 cm circa di diametro e alti 7 cm (in alternativa, usate bicchieri di plastica) foderati con cilindretti di acetato (pellicola trasparente rigida) di 3 cm più alti e lasciate congelare nel freezer. ● **4** Distribuite i pistacchi su una placca e tostateli leggermente in forno a 180° per 5-6 minuti, così potrete sgusciarli più in fretta. Lasciateli raffreddare bene e poi tritateli nel mixer, fino a ottenere una granella non troppo fine. ● **5** Spezzettate quasi tutto il cioccolato, raccoglietelo in un pentolino e fatelo sciogliere a bagnomaria. Unite poco più di mezzo dl (60 g) d'acqua calda (eviterà di far rapprendere il cioccolato), mescolate bene con una frusta e lasciate raffreddare. ● **6** Sformate i semifreddi e fateli rotolare velocemente nella granella di pistacchi in modo da ricoprirli completamente. Sistemateli nei piattini, completate con la salsa al cioccolato e rifinite con il cioccolato rimasto grattugiato e un ciuffetto di menta. Serviteli subito, ancora congelati.

FACILE ● Preparazione: 30 minuti + riposo ● Cottura: 45 minuti

LA DOLCEZZA DELL'ORTO
Alla continua ricerca di sapori nuovi, questa volta **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino) ha sfruttato la delicatezza delle melanzane appena colte nell'orto di famiglia per creare un dessert insolito quanto interessante. Cotte con lo zucchero, profumate con la menta e rese soffici con una neve di albumi e panna, diventano una sfida vincente anche sui palati più sensibili. Perché una volta sposate con la croccante copertura di pistacchi tostati e la vellutata salsa al cioccolato si trasformano in un unicum che disvela la sua natura solo al momento dell'assaggio.


4


5


6

SCUOLA DI

Scopri i corsi Cook & Books

CORSI PER ADULTI

SETTEMBRE

19 • Più veloce di una cena, più ricco di un aperitivo
20 • Secondi di carne semplici e chic
22 • Pizza e panzerotti
26 • Dolci ricchi di frutta
27 • A cena con il mare

OTTOBRE

03 • Lasagne e cannelloni che bontà
04 • 5 dolci lampo
10 • Rotoli e involtini di carne
11 • Menu dall'orto tutto ripieno
17 • Le spezie in cucina
18 • Corso per celiaci: creative ricette senza glutine
20 • Dolci al cioccolato
24 • Prepara una cena in 40 minuti
25 • Abc...zucca

NOVEMBRE

03 • Primi piatti di pesce
07 • Pesce gourmet
08 • Menu country style
11 • Pranzo della domenica
14 • Primi piatti dall'Emilia
15 • Grandi risotti
18 • Piatti unici per l'inverno
21 • Arrosti in festa
22 • Tutta la bontà della pasta all'uovo
28 • Pesce per la Vigilia di Natale: ricette eleganti e raffinate
29 • Dolcezze di Natale della tradizione

DICEMBRE

05 • Pandoro e panettone: tanti modi per portarlo in tavola
06 • Menu classico di Natale
12 • Menu di Natale creativo
13 • Buffet di fine anno
19 • Natale da single: ricette originali per gli amici
20 • Brindisi all'italiana







SCEGLI IL TUO CORSO SU
www.corso-di-cucina.it

In collaborazione con le maestre dell'A.I.C.I (Associazione Insegnanti di Cucina Italiana)

Sponsor ufficiali: Coca-Cola KENWOOD CREATE MORE









Fondo europeo agricolo per lo sviluppo rurale: l'Europa investe nelle zone rurali

Meglio fidarsi di chi ha una storia antica.





Il Grana Padano DOP è fatto solo in Val Padana, con il nostro latte e nei nostri caseifici. Da sempre il nostro marchio ti garantisce sicurezza, gusto e tanti nutrienti per la tua salute.





Consorzio Tutela Grana Padano

Grana Padano DOP, tutta un'altra storia.

I formaggi veneti: tradizione, qualità e sicurezza.

















Veneto
Tra la terra e il cielo
www.veneto.to

Iniziativa finanziata dal Programma di Sviluppo Rurale per il Veneto 2007-2013
Organismo responsabile dell'informazione: Grana Padano e gli altri formaggi veneti di qualità
Autorità di gestione designata per l'esecuzione: Regione Veneto - Direzione Piani e Programmi Settore Primario

Pomodoro San Marzano

È IL MIGLIORE PER I PELATI, CONOSCIUTI IN TUTTO IL MONDO. MA ANCHE FRESCO RISERVA DELIZIOSE SORPRESE

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

"Lungo, nervoso, consistente, esso è l'unico che non si frantuma nella lavorazione; al contrario si mantiene intero e, per così dire, vivo nel barattolo". È racchiusa l'essenza del San Marzano nelle parole dello scrittore napoletano Domenico Rea che, durante un viaggio in Campania nel 1957, rimase colpito da questi pomodori "degni di essere riveriti come Re", nati ai primi del Novecento dall'incrocio di tre varietà dell'Agro sarnese-nocerino. I contadini di un tempo lo coltivavano in filari che ancora oggi rosseggiano sui terreni scuri di origine vulcanica e lo usavano per il sugo della pasta nei giorni di festa. Con il diffondersi dell'industria conserviera per opera di Francesco Cirio, il San Marzano,

> segue a pag. 90



Piatto D&M depot.
Indirizzi a pagina 8

> segue da pag. 89

con pochi semi e la buccia sottile facile da eliminare, divenne il "pelato" da salsa per eccellenza, ben presto apprezzato in tutto il mondo. Un tesoro che a fine Anni '70 rischiava di scomparire, sostituito da ibridi più economici, ma che grazie all'azione di recupero del Centro Ricerche ex Cirio e della Regione Campania, è stato riportato a nuova vita. Nel 1996 il pelato ha ottenuto la Dop (l'area di produzione comprende 41 comuni nelle province di Salerno, Napoli e Avellino) e 3 anni dopo è nato il Consorzio di tutela. Il pomodoro fresco è invece un Presidio Slow Food, che ha ripreso una piccola coltivazione di vecchi ecotipi e mira a valorizzare anche l'ortaggio non conservato.

Polpa compatta e gustosa

Rispetto al pelato comune, coltivato a terra e raccolto meccanicamente, il San Marzano ha un colore rosso vivo e uniforme (i filari preservano le bacche), un gusto più intenso che non trasmette acidità al cibo, la polpa compatta e poco fibrosa. Se ne ricava un sugo denso e profumato che, come dicono gli appassionati, "resta letteralmente attaccato alla pasta" e regala una marcia in più ai tanti piatti che si preparano con la salsa di pomodoro: dalla pizza alla carne, dal pesce alle verdure. Ma anche il San Marzano fresco, con la buccia sottile e la polpa di sapore agrodolce e poco acquosa, rivela grandi qualità gastronomiche: in insalate, bruschette, gratin, sughi per la pasta a crudo. Tra le ricette tipiche dell'Agro nocerino, 2 piatti semplici ma irresistibili: il "vascuotto" (pane biscottato) ammorbidito in acqua con San Marzano novello, verdure di stagione (melanzane, friarielli, cipollotti, sedano), basilico, origano e olio. E il pane cotto, con pomodoro passato in padella con olio e aglio fresco, pane raffermo a dadini e origano, riscaldato in una pentola di coccio e servito caldo con una grattugiata di cacioricotta cilentana.



Teglia Ottinetti, piatti ciotola e tovagliolo D&M depot
Indirizzi a pagina 8

BARCHETTE GRATINATE AI PROFUMI

PER 4 PERSONE
8 pomodori S. Marzano - 2 ciuffi di basilico - 1 mazzetto di timo - 1 mazzetto di erba cipollina - 1 mazzetto di origano fresco - 50 g di pinoli - 1 fetta di pane tipo pugliese - 30 g di pecorino grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Sciacquate i pomodori, tagliateli a metà in senso longitudinale e fateli asciugare su carta assorbente, con la parte tagliata disposta verso il basso.
- **2** Tritate le erbe aromatiche con i pinoli e distribuite il trito nell'incavo dei pomodori, dopo aver salato con moderazione e pepato.
- **3** Passate al mixer il pane privato della crosta, il pecorino e poco olio. Cospargete i pomodori con il trito preparato, quindi cuoceteli in forno già caldo a 200° per 15 minuti.

FACILISSIMA
- **Preparazione 15 minuti** • **Cottura 15 minuti**
- **210 cal/porzione**



BERE GIUSTO

Gli accostamenti ispirati dalla vicinanza territoriale sono sempre forieri di belle sorprese, a patto che la ricetta non copra il gusto dell'ingrediente principale. Non è il caso di questo gratin, su cui mettiamo un rosso campano, il Gragnano frizzante (Cantine Iovine), che condivide l'aroma del pomodoro, ne rispetta la freschezza e lascia trapelare l'aroma del ripieno.



M. PIEROZZI/ BERETTA



Prato una città che ha stoffa

FIORE ALL'OCCHIELLO DELL'INDUSTRIA TESSILE ITALIANA, CI SORPRENDE PER LE INCREDIBILI BELLEZZE ARCHITETTONICHE E L'ANTICA TRADIZIONE GASTRONOMICA

a cura di Cristiana Cassé, testi di Ornella d'Alessio, foto e realizzazione dei piatti di Ilva Beretta.
Si ringrazia la Provincia di Prato per la collaborazione

Il pulpito di Donatello e Michelozzo (XV secolo), che adorna la Cattedrale di Prato. In alto, una veduta della Fortezza voluta da Federico II e, più a destra, un'esempio delle pregiate stoffe esposte al Museo del Tessuto.

PAN MOLLE

PER 6 PERSONE
6 fette di pane casereccio raffermo - 2 cipolle - 3 pomodori - 1 porro - 1 cetriolo - 1 costola di sedano - 2 manciate di insalata tenera - 4 ravanelli - 1 ciuffo di basilico - 2 foglie di alloro - 1 rametto di rosmarino - 2 chiodi di garofano - 1 bicchiere di vino bianco - olio extravergine d'oliva - aceto di vino rosso - sale

● **1** Mettete in una zuppiera 4 bicchieri di acqua, il vino, l'alloro, il rosmarino e i chiodi di garofano e fate riposare per 2 ore. Lavate e pulite tutte le verdure e tagliatele a fettine (rompete con le mani l'insalata). Disponetele in una ciotola con il basilico spezzettato e condite con olio, aceto e sale.
● **2** Mettete le fette di pane nell'acqua aromatica, prelevatele dopo pochi minuti facendo attenzione a non romperle e disponetele su un piatto di portata. Copritele con l'insalata preparata e servite. Se vi piace, arricchite il pan molle con olive nere denocciolate e di uova sode.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **170 cal/porzione**



Città dinamica, che ha sempre vissuto di attività manifatturiera e industriale, da sempre all'ombra di Firenze, Prato si rivela una destinazione importante, capace di grandi suggestioni. Un centro storico con monumenti spettacolari, un'anima moderna segnata da stupefacenti sculture e splendidi musei, una dedizione secolare all'arte della tessitoria: le stoffe di Prato, eccellenza e orgoglio nazionale, sfilano sulle passerelle d'alta moda di tutto il mondo. Non è poco. Ma ciò che colpisce immediatamente entrando in città è il profumo: quella meravigliosa fragranza che si sprigiona il mattino quando nei forni cuociono i cantucci alle mandorle, diventati celebri grazie ad Antonio Mattei, che aprì la sua bottega nel 1858 e fu premiato all'Exposition Universelle di Parigi del 1867. La via Ricasoli, dove si trova il negozio che porta il suo nome, insieme alla via Mazzoni, sono le mete ideali per lo shopping, fatte di una singolare alternanza tra eleganti boutique e sartorie familiari.

> segue a pag. 94

SEDANI RIPIENI

PER 6 PERSONE
400 g di ragù di carne - 8 costole di sedano bianco - 150 g di fegatini di pollo - 250 g di carne di vitello macinata - 3 uova - 50 g di parmigiano grattugiato - 50 g di burro - 200 g di farina - 1 cipolla piccola - olio extravergine di oliva - sale - pepe

● **1** Pulite le costole di sedano togliendo foglie, rametti e fili. Lavatele e scottatele per 5 minuti in acqua bollente salata. Sgocciolatele, lasciatele intiepidire e tagliatele a tocchetti di 8-10 cm.
● **2** Rosolate nel burro la cipolla a dadini piccolissimi, i fegatini tritati e la carne macinata per 5 minuti. Togliete dal fuoco e mescolate con 1 uovo, il parmigiano, sale e pepe. Distribuite il ripieno su metà delle costole di sedano, coprite con le costole rimaste e legate i sedani farciti con filo sottile da cucito. Quindi infarinateli, passateli nelle restanti uova sbattute e friggeteli in abbondante olio bollente. Sgocciolateli e fateli asciugare su carta da cucina.
● **3** Stemperate il ragù con poca acqua calda, disponetelo in una padella, adagiatevi sopra i sedani e cuoceteli lentamente finché avranno preso colore. Serviteli caldi, dopo avere tolto il filo.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 40 minuti**
● **560 cal/porzione**





PATRIZIO DEL DUCA

Sopra, una scultura di Henry Moore (scultore britannico del secolo scorso)in piazza San Marco. Le sue opere, sono il simbolo dell'anima moderna di Prato.

> segue da pag. 93

Dal centro storico ai musei

In piazza del Duomo colpisce la meravigliosa facciata bicolore in marmo bianco e verde della Cattedrale romanico-gotica di Santo Stefano, rinomata per il pulpito realizzato da Donatello e Michelozzo. Da qui, seguendo in senso orario una sorta di anello, si incontrano il capolavoro rinascimentale della basilica di Santa Maria delle Carceri, voluta da Lorenzo il Magnifico, e lo spettacolare Castello dell'Imperatore, fortino svevo fatto costruire nel 1200 da Federico II. Da non perdere anche la vicina chiesa di San Francesco in laterizi (XIII secolo), gioiello cittadino che custodisce la tomba di Francesco Datini: mercante tessile e filantropo vissuto nel XIV che, con le sue botteghe sparse in tutta Europa, allargò i confini della tradizione pratese e in punto di morte lasciò i suoi immensi averi ai poveri. Tra le viuzze del centro, valgono una sosta la Pasticceria Nuovo Mondo di Paolo Sacchetti, dove si gustano le "peschine" più buone della città (premiate dall'Accademia pasticceri italiani nel 2011), e la Pasticceria Mannori: il proprietario, maestro cioccolatiere, nel 1887 ha trasformato la latteria dei genitori in un tempio per golosi e dal 1997 detiene il primo posto al Campionato mondiale di Lione. A sud del centro, il Museo del Tessuto emoziona i visitatori raccontando, tra telai, stoffe e installazioni multimediali, una storia appassionante iniziata nel 1200. Nei pressi della zona industriale, ecco il Centro d'Arte Contemporanea Pecci, polmone culturale di amplissimo respiro che accoglie i maggiori esponenti dell'arte internazionale, oltre a vantare una ricca biblioteca e un teatro all'aperto.

> segue a pag. 96

> *segue da pag. 94*

Fuori porta: le ville medicee

Sul territorio pratese, un tempo molto frequentato dai Granduchi, sono di grande fascino le due magioni medicee: una ad Artimino, dove si possono visitare anche il Museo archeologico etrusco e le tombe etrusche di Comeana, e l'altra a Poggio a Caiano, sede del Museo della natura morta, una delle più importanti collezioni europee di cui fanno parte 200 dipinti raccolti dalla famiglia Medici. Nei pressi, alla fattoria di Capezzana, si degusta l'ottimo Carmignano, uno dei vini più antichi d'Italia.

Una cucina schietta e originale

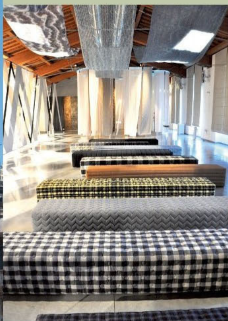
La tavola pratese, pur essendo toscana nell'anima, presenta degli elementi insoliti che la rendono davvero unica. Da provare il pan molle, le zuppe, i ravioli (di patate o cavolo nero), il piccione con i cardi, il baccalà con la polenta di castagne e il tradizionale sedano ripieno, tra i pochi piatti nazionali in cui è valorizzato questo ortaggio. Dulcis in fundo, il castagnaccio salato e la medievale torta Ginevra (una sorta di panforte). Per acquisti gourmand e piccoli cadeaux, sono eccellenti la mortadella (simile a un salame), oggi presidio Slow Food, la bozza, un millenario pane senza sale, gli oli pluripremiati di Carmignano e della Val Bisenzio e naturalmente... i cantucci.



PATRIZIO DEL DUCA/ TIPS IMAGES/ M. PIEROZZI

Sopra, le vetrine dello storico biscottifico Mattei: attivo dal 1858, è un luogo cult per acquistare gli squisiti cantucci. Sotto, una veduta della Cattedrale di Santo Stefano, con la caratteristica facciata marmorea a strisce.





Qui sopra, un sala del Museo del Tessuto, allestito in una vecchia fabbrica di stoffe. Attraverso vari ambienti, di grande suggestione, racconta la straordinaria storia che da oltre 800 anni lega la città di Prato alla produzione tessile.



BISCOTTINI DI PRATO

PER 35 BISCOTTI

400 g di farina + un po' per la teglia - 250 g di zucchero - 150 g di mandorle sgusciate - 3 uova e 3 tuorli - una bustina di lievito per dolci - 4 gocce di essenza di arancio - poco burro per la teglia - sale

● **1** Tostate leggermente le mandorle in un padellino e poi lasciatele raffreddare. Montate 2 uova e i tuorli con lo zucchero, quindi incorporate la farina, il lievito, l'essenza di arancio, un pizzico di sale e le mandorle.
● **2** Ricavate dalla pasta dei lunghi rettangoli di 1 cm di spessore e larghi circa 5 cm. Disponeteli in una teglia imburrata, spennellateli con l'uovo restante sbattuto e cuocete in forno caldo a 180° per 15 minuti. Togliete la teglia dal forno, tagliate i biscotti di traverso in modo da ottenere la caratteristica forma dei cantucci, quindi cuocete ancora per 10 minuti.

FACILISSIMA
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 30 minuti**
● **100 cal/biscotto**

TACCUINO DI VIAGGIO

RISTORANTE BAGHINO
Via dell'Accademia 9, Prato,
tel. 0574 27920
Prelibato sedano ripieno nel ristorante più antico di Prato.

PANIFICIO FOGACCI
Via Pistoiese 29, Prato,
tel. 0574 39169
Per la miglior bozza pratese. Si può visitare il forno.

MACELLERIA F.LLI CONTI
Via s. Giusto 9, Prato,
tel. 0574 630192
I primi a riscoprire la mortadella.

BISCOTTIFICIO MATTEI
Via Ricasoli 20/22, Prato,
tel. 0574 25756
Indirizzo storico dove sono nati i cantucci.

PASTICCERIA NUOVO MONDO
Via Garibaldi 23, Prato,
tel. 0574 27765
Famoso per le "pesche", deliziosi biscotti farciti.

PASTICCERIA MANNORI
Via Lazzerini 2, Prato,
tel. 0574 21628
Tentazioni al cioccolato.

PASTICCERIA CIOLINI
Via Bologna 226, Cantagallo (Po), tel. 0574 982101
Da provare i biscotti di castagne.

MUSEO DEL TESSUTO
Via Santa Chiara 24, Prato,
tel. 0574 611503

CENTRO D'ARTE CONTEMPORANEA PECCI
Viale della Repubblica 277,
Prato, tel. 0574 5317

AZ. AGRICOLA DEL BELLO
Via del Bello 2, Vaiano (Po),
cell. 335 5896930
Carne, miele, formaggi, olio e piatti pronti su prenotazione.

TENUTA DI CAPEZZANA
Via capezzana 100,
Carmignano (Po),
tel. 055.8706005
Cantina storica da visitare (visita e degustazione 10 €).

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Il cake design, tendenza che arriva da oltreoceano in cui moda, glamour, design e pasticceria si fondono, è ormai diffuso anche in Italia. E Roberto Rinaldini, giovane mastro pasticciere e membro dell'Accademia maestri pasticceri italiani (Ampi), complice un brio tutto romagnolo, si è fatto conquistare. Rinaldini esplora ampiamente il tema in questo libro vivace e modaiolo così ricco di irresistibili ricette, descritte nei passaggi di base e nella parte relativa alla decorazione.

CAKE À PORTER

Roberto Rinaldini, Reed Gourmet Ed. a 66 €

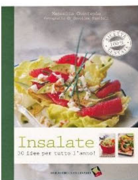


"La torta diventa simbolo di un momento, una stagione, una situazione particolare... descrive una persona, le sue passioni, diventa dono speciale"

Roberto Rinaldini, dall'introduzione al volume

INSALATE 30 IDEE PER TUTTO L'ANNO

Bibliotheca Culinaria Editore, a 11,80 €



Si tende a considerarle piatti estivi, ma in realtà anche le altre stagioni ci propongono golosi ingredienti per preparare irresistibili insalate. Ogni mese regala nuove erbe e foglie che possono essere combinate e arricchite con altri ingredienti, con fantasia, dando vita a innumerevoli, gustose combinazioni. Questo volume celebra il piatto insalata non come umile contorno ma come protagonista della tavola, una pietanza che sa essere salutista ma anche sfiziosa.





DELIZIE GLUTEN FREE

'Dolci e pane senza glutine', Guido Tommasi Editore, a 25 €
'Senza Glutine. Ricettario goloso per celiaci', Aliberti Ed., a 15,90 €

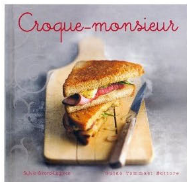
Torte, muffins, cookies, pani e focacce. Anche crostate, biscotti e torte salate. Non ci sono preparazioni off limits per i celiaci: dall'antipasto al dolce tutto si può fare, in totale sicurezza. Basta saper usare gli ingredienti corretti e conoscere i trucchi per usarli al meglio. Due volumi con le ricette giuste, gustosissime ma semplici, e spiegate in maniera chiara.



BUONO, BELLO E SANO

Dominique Chenot, Mondadori Ed. a 19 €

Dominique Chenot, chef responsabile del dipartimento dietetico dello Spa Hotel Espace Henri Chenot a Merano, svela i segreti della sua cucina maturati in oltre trent'anni di lavoro, ricerca e passione. Ingredienti sani e metodi di cottura adeguati per tante ottime ricette, povere di grassi e calorie ma ricche di nutrienti. Deliziosamente scenografiche.



CROQUE-MONSIEUR

Guido Tommasi Editore, a 11,50 €

Davvero irresistibile, il classico spuntino del titolo consiste in un ripieno gustoso, chiuso fra due fette di pane caldo e croccante. Le ricette del libro propongono diverse versioni di croque-monsieur, dal nostrano toast al parigino croque-madame,con accostamenti originali, per chi ama le versioni rustiche e saporite e per chi ha voglia di novità.



Bacon

FETTE CROCCANTI E TENERI CUBETTI IMPRIMONO AD ANTIPASTI, PRIMI E INSALATE UNA SFERZATA AROMATICA DALL'INTRIGANTE NOTA AFFUMICATA IN PERFETTO BRITISH STYLE

a cura di Enza Dalessandri, testo di Mariarosa Schiaffino, foto di Alkèmia, ricette di Claudia Compagni, styling di Stefania Aledi

La storia (o la leggenda?) dice che uno dei più tipici piatti della cucina romana, gli spaghetti alla carbonara, almeno nella sua versione più famosa, sia nato durante l'ultima guerra dall'incontro tra uova e formaggio pecorino, che nel Lazio non sono mai mancati, con il bacon, il salume al seguito delle truppe angloamericane. Oggi la versione raccomandata è quella con il guanciale, ma possiamo assicurare che anche col bacon il risultato è eccellente. E quel gusto di affumicato è persino più intrigante…
I giovani che hanno frequentazioni internazionali e coloro che sono stati spesso all'estero hanno imparato che sulle uova, a colazione, non può mancare qualche fetta di bacon profumata e croccante. Certo, per chi è abituato a caffè e brioche possono essere un po' pesanti, ma un bel pasto mattutino non ha mai fatto male a nessuno, anzi aiuta ad affrontare meglio la giornata. E va detto che si tratta di un incontro perfetto, quello tra uova e bacon, che si può ripetere per esempio in una quiche o in una torta salata con esiti sicuri.
La pancetta affumicata esiste anche nella tradizione della salumeria nostrana, ma ormai anche da noi è nota col nome inglese di bacon e si differenzia dalle varie pancette proprio perché è sempre stesa, cioè non arrotolata, e di solito, oltre che salata e aromatizzata, viene sottoposta a affumicatura con legni di faggio e quercia. È la parte grassa di copertura dei fasci muscolari del ventre del maiale e per sua natura dunque non può essere magra. Buona, sì, e molto.

> segue a pag. 103

Crema con porcini e bacon



Piatto Denby.
Indirizzi a pagina 8

CREMA CON PORCINI E BACON

PER 4 PERSONE
500 g di porcini - 400 g di patate - 2 cipollotti - 5 fette di bacon - 1,5 litri di brodo vegetale - 2 rametti di maggiorana - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite i porcini, lavateli rapidamente sotto l'acqua corrente, asciugateli e tagliateli a dadini. Sbucciate le patate, lavatele e riducete anche queste a cubetti.
● **2** Eliminate le foglie esterne dei cipollotti, tritateli con una fetta di bacon, fateli soffriggere in una casseruola con un cucchiaio di olio, poi unite le patate e i funghi, bagnate con il brodo e proseguite la cottura a recipiente semicoperto per 30 minuti.
● **3** Aggiungete le foglioline di un rametto di maggiorana e frullate con un mixer a immersione. Salate e pepate, poi dividete la zuppa nei piatti. Tostate il bacon rimasto in una padella antiaderente finché risulta croccante. Scolatelo, asciugatelo su carta assorbente e disponetelo al centro delle zuppe. Ultimate con la maggiorana rimasta e servite.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **170 cal/porzione**

RISOTTO CON ZUCCHINE E FIORI

PER 4 PERSONE
240 g di riso Carnaroli - 6 zucchinette novelle con il fiore - 4 fette di bacon - 1 scalogno - 1,2 litri di brodo vegetale - 30 g di parmigiano reggiano grattugiato - 20 g di burro - pepe nero

● **1** Sbucciate lo scalogno, fatelo stufare dolcemente in una casseruola con il burro e un mestolino di brodo, aggiungete il riso e tostatelo nel condimento, mescolando in continuazione per 2-3 minuti. Aggiungete 2 mestoli di brodo bollente, mescolate ancora e portate il riso a metà cottura, unendo poco brodo alla volta.
● **2** Intanto pulite e lavate le zucchine e i fiori, tagliate le prime a fettine e tritate i secondi con la mezzaluna. Aggiungete le zucchine al risotto a metà cottura e proseguite versando altro brodo. Intanto tostate le fettine di bacon in una padella antiaderente finché risultano croccanti, poi scolatele, asciugatele con la carta assorbente da cucina e tritatele finemente con la mezzaluna.
● **3** Quando il risotto è giunto quasi al termine della cottura, unite il trito di fiori di zucchina preparato, il parmigiano e una macinata di pepe. Mescolate, lasciate riposare per qualche minuto e servite il risotto cosparso con il trito di bacon tostato.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 20 minuti** ● **340 cal/porzione**

MISTICANZA CON BACON, UVA E GRUYÈRE

PER 4 PERSONE
200 g di insalatine miste - 1 grappolo di uva bianca - 100 g di gruyère - 2 fette di pane tipo pugliese - 4 fette di bacon - 1 cucchiaio di aceto di mele - 1 cucchiaino di miele di acacia - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

● **1** Tagliate il pane a dadini. Scaldate un padella antiaderente, unite le fette di bacon, tostatele finché risultano dorate, poi scolatele e aggiungete i cubetti di pane. Tostateli nel condimento finché iniziano a dorare e teneteli in caldo.
● **2** Lavate e asciugate le insalate e gli acini di uva. Disponete entrambi nei piatti, aggiungete i crostini, il bacon tostato tagliato a tocchetti e il gruyère ridotto a lamelle con un pelapatate. Emulsionate l'aceto con il miele, una presa di sale, una macinata di pepe, 3 cucchai di olio e condite l'insalata al momento di servire.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 10 minuti** ● **250 cal/porzione**

Risotto con zucchine e fiori

Piatto Laboratorio Pesaro. A destra, piatto Denby, tovagliolo Arte Pura.
Indirizzi a pagina 8

> segue da pag. 101

Tra due fette di pane tostato e ancora caldo diventa un boccone da re, ma ci sono altri modi di utilizzarla. Sempre dalla cucina anglosassone viene l'abitudine di condire con pezzettini di bacon appena tolti dalla padella l'insalata: il contrasto fra il caldo e il grasso del salume col fresco e l'amarognolo delle foglie, specialmente quelle del radicchio o del songino, è cosa giusta e buona, come ci insegnano anche in Alto Adige, dove aromatizzano e affumicano la pancetta con il ginepro. Durante una festa all'aperto con barbecue, sfrigolanti fette di bacon arrostite sulla griglia fanno felici molti presenti e offrono una variante alla solite salsicce. Un altro modo di gustare fettine di bacon è di farne l'involucro goloso dei datteri: diventano dei fagottini che si mettono in padella e si servono appena prima che il grasso cominci a sciogliersi. Il sapore di fumo col dolce è una meraviglia e non c'è party che non possa avvantaggiarsi di questa delizia.



Misticanza con bacon, uva e gruyère

Versatile pasta matta

QUESTO TERMINE UN PO' CURIOSO INDICA UN TIPO DI IMPASTO IDEALE PER STRUDEL, TORTE SALATE E ALTRE SPECIALITÀ CHE RICHIEDONO UNA BASE FRIABILE E LEGGERA

di Miriam Ferrari, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi


1


2


3


4

TORTA SALATA CHIUSA CON VERDURE MISTE

• **1** Raccogliete 500 g di farina a fontana sulla spianatoia con un pizzico di sale e versate al centro 8 cucchiai di olio e 2 dl circa di acqua frizzante. • **2** Amalgamate gli ingredienti e lavorate energicamente fino a ottenere una pasta omogenea; formate una palla, ungetela leggermente di olio, avvolgetela in pellicola e lasciatela riposare per 30 minuti a temperatura ambiente. • **3** Per il ripieno saltate in padella con un filo di olio e un pizzico di sale 2 carote lessate, 3 cipollotti e 200 g di funghi freschi, tutto tagliato a fettine. Stendete 2 terzi della pasta in un disco dello spessore di 2-3 mm; foderate uno stampo di 20-22 cm di diametro con carta da forno bagnata e strizzata, lasciandola sbordare, sistematevi il disco di pasta e lasciate sbordare anche questo; spolverizzate il fondo con un mix di pangrattato ed erbe aromatiche e riempitelo con le verdure. • **4** Stendete il resto della pasta in un disco del diametro dello stampo, sistematelo sulle verdure, sigillate i bordi riportando verso l'interno la pasta sottostante e guarnite con un cordoncino ricavato dalla pasta avanzata. Praticate al centro un forellino e cuocete in forno a 180° per 35-40 minuti.

TORTA SALATA APERTA CON RICOTTA E ZUCCHINE

• **1** Raccogliete 400 g di farina a fontana sulla spianatoia con un pizzico di sale e versate al centro 6 cucchiai di olio e 1,5 dl circa di acqua frizzante. Procedete nella preparazione della pasta come indicato al punto 2 della ricetta qui sopra. • **2** Per il ripieno mescolate 300 g di ricotta con un uovo, 50 g di parmigiano grattugiato e un trito di prezzemolo; tagliate 3 zucchine a fettine sottili per il lungo e cuocetele su una griglia. Stendete la pasta in un disco dello spessore di 2-3 mm. • **3** Foderate con il disco uno stampo di 20-22 cm di diametro rivestito con carta da forno, lasciandolo sbordare abbondantemente; farcitelo con il ripieno di ricotta e sistematevi sopra le zucchine. • **4** Riportate verso l'interno la pasta che sborda, formando delle pieghe a distanza regolare; spennellate con un uovo sbattuto e cuocete in forno a 180° per 35-40 minuti.


1


2


3


4









STRUDEL CON PROSCIUTTO, MOZZARELLA E MANDORLE

• **1** Mescolate in una terrina 300 g di farina con un uovo grande, 3 cucchiai di olio e un pizzico di sale, trasferite il tutto sulla spianatoia e lavorate a piene mani per 5 minuti, unendo 3/4 cucchiai di acqua, fino a ottenere una pasta omogenea. • **2** Formate una palla e copritela con una ciotola tiepida (bagnatela prima in acqua calda e asciugatela); lasciatela riposare per circa mezz'ora a temperatura ambiente. • **3** Con il matterello stendete la sfoglia allo spessore di 1-2 mm, infilatevi sotto le mani e allargatela delicatamente per assottigliarla il più possibile. • **4** Adagiate la pasta su un canovaccio, pareggiatela in modo da ottenere un rettangolo largo circa 25 cm e lungo 40, cospargetelo di pangrattato e copritelo con 100 g di prosciutto crudo e 100 g di mozzarella da pizza a fettine, lasciando liberi 5-6 cm di bordo. Distribuitevi sopra 100 g di fagiolini lessati, ripiegate all'interno i bordi liberi e arrotolate lo strudel; spennellatelo di burro fuso, cospargetelo di lamelle di mandorle e cuocetelo in forno a 200° per 25-30 minuti.

SPIRALE CON BROCCOLETTI E FORMAGGIO

• **1** Preparate la pasta come spiegato ai punti 1 e 2 della ricetta qui sopra, lasciatela riposare, poi ricavatene un rettangolo largo circa 20 cm e lungo 60. Trasferitelo su un canovaccio. • **2** Saltate in padella 300 g di broccoletti lessati e sminuzzati con un filo di olio e uno spicchio d'aglio, facendoli asciugare bene; lasciateli raffreddare. Spolverizzate il rettangolo con pangrattato e semi di cumino. • **3** Stendetevi sopra i broccoletti, distribuite qua e là qualche dadino di formaggio tipo fontina e richiudete la pasta attorno al ripieno, sigillando le estremità. • **4** Sistemate il rotolo su una placca foderata con carta forno e, partendo da un'estremità, avvolgetelo delicatamente a spirale; spennellatelo con un uovo sbattuto e cuocetela in forno a 200° per circa 20 minuti.









LE DOSI DELLE RICETTE
SI INTENDONO PER 4-6 PERSONE



NEL PROSSIMO NUMERO: DOLCI CANNONCINI CON LA SFOGLIA

APRI LA NOVITÀ, RICHIUDI LA FRESCHEZZA.



MAX INFORMATION

SCOPRI TUTTO IL GUSTO DELLA PRATICITÀ CON LA NUOVA CONFEZIONE

Salvafetta: apri e chiudi ogni volta che vuoi mantenendo intatta la fragranza.
Salvaspazio: occupa meno spazio in frigo.
Salvambiente: meno plastica, più rispetto per l'ambiente.



APRI



CHIUDI





Affettuosi di Casa Modena. Un gesto d'amore dedicato alla tua tavola.

www.casamodena.it

Tempura giapponese

RAFFINATO E GUSTOSO, VIENE DALL'ESTREMO ORIENTE MA STRIZZA L'OCCHIO ALL'OCCIDENTE

di Francesca Tagliabue, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi

Curiosamente, questa ricetta ormai considerata giapponese a tutti gli effetti affonda le radici nella vecchia Europa. Il primo contatto del Giappone con l'Occidente avviene all'inizio del XVI secolo, con l'arrivo di mercanti e missionari portoghesi. Al tempo, i cristiani dovevano rigorosamente seguire periodi di digiuno ecclesiastico, detti tempora (da cui il nome del piatto, poi nipponizzato in tempura), nei quali ci si asteneva dal mangiare carne, : in Giappone, gli europei rispettarono il precetto consumando solo vegetali, molluschi e crostacei, per l'occasione avvolti in pastella e poi fritti. Il piatto conquistò i giapponesi, che ne fecero un caposaldo della loro tradizione gastronomica, modificandolo secondo i loro gusti ed esigenze e preparandolo con una varietà di ingredienti che oggi include funghi, alghe, germogli locali, anguilla,

> segue a pag. 110

TEMPURA MISTO DI VERDURE, PESCE, CROSTACEI E FRUTTI DI MARE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
30 g di noodle secchi - 8 cm di alga nori - 6 gamberoni con il guscio - 6 filetti di trota senza pelle - 6 capesante - 6 zucchinette - 6 carote novelle - 6 cipollotti - 6 funghi champignon - 1 batata americana (o 1 patata) - 1 litro e 1/2 l di olio di semi di arachidi - 100-120 g di farina per infarinare prima di passare in pastella
Per la pastella: 2 uova - 480 g di farina 00 - 480 ml di acqua frizzante ghiacciata - sale

Piatti Surimono, vassoio Pordamsa. Indirizzi a pagina 8

● **1** Spezzate i noodle, e formate 6 piccoli mazzetti; tagliate l'alga in 6 piccole strisce e legate i mazzetti. Sgusciate i gamberoni, lasciando le code; incideteli, eliminate il filetto nero sul dorso, lavateli e asciugateli. Tagliate a listarelle i filetti di trota. Sciacquate le capesante, staccate le noci (la parte bianca e carnosa) dai coralli (che non si utilizzano) e asciugatele. Spuntate le carote e le zucchine, tagliatele a bastoncini. Eliminate foglie esterne, parte verde e radice dei cipollotti e affettateli nel senso della lunghezza. Sbucciate e affettate la batata. Tagliate i funghi puliti a spicchietti e lavateli. Lavate e asciugate le verdure.
● **2** Sbattete le uova con poco sale con 2 bastoncini orientali (nei negozi di cibi asiatici) oppure una frusta a mano. Unite l'acqua ghiacciata e la farina, tutta in una volta, mescolando senza badare ai grumi. Mettete in frigo per 1/2 ora. Prima di friggere, sistemate la ciotola della pastella in una più grande, colma di ghiaccio, per mantenerla fredda.
● **3** Avvicinate al fornello la pastella, il pesce e le verdure preparati e la farina rimasta, per velocizzare le operazioni. Scaldate l'olio nel wok o in una padella profonda. Infarinate prima i pesci, poi le verdure e i mazzetti di noodles. Intingeteli, 1 alla volta, nella pastella con la pinza (o i bastoncini), sgocciolateli, tuffateli nell'olio caldo e friggeteli subito, pochi alla volta, per 1-2 minuti, finché croccanti. Proseguite nella frittura fino a esaurire gli ingredienti, sgocciolandoli su carta assorbente. Servire con la salsa tentsuyu, in ciotoline.

MEDIA ● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **470 cal/porzione**

LA SALSA TENTSUYU

Come altre pietanze orientali, il tempura è accompagnato da una salsa specifica, la tentsuyu, servita in ciotoline poste accanto al piatto di ogni ospite, che la userà come un pinzimonio.
Per prepararla occorrono ingredienti reperibili nei negozi di prodotti orientali come il mirin, che si può sostituire con sakè, eventualmente sherry o Martini dry, e il brodo dashi, ottenuto da un'infusione di alga kombu e scagliette di katsuobushi, cioè sarda o bonito atlantico, che si può anche sostituire con brodo di pesce. Il procedimento è semplicissimo: riunite in un pentolino 2 dl di salsa di soia, 2 dl di mirin, 4 dl di brodo dashi, 4 fettine di zenzero fresco e 2 cucchiaini di zucchero. Portate a bollore sulla fiamma bassa (evitate di far bollire troppo la salsa di soia). Spegnete, unite 1-2 cucchiai di daikon o di zenzero fresco grattugiato, mescolate e lasciate riposare.

> segue da pag. 109

perfino foglie e fiori. Venne anche introdotto l'utilizzo di acqua ghiacciata per alleggerire il tane (la pastella): in questo modo si ottiene il classico effetto di volume e leggerezza che si crea nel momento in cui il tane, freddo, entra in contatto con l'olio bollente. In Giappone, infatti, una delle caratteristiche del tempura perfetto è l'essere 'fiorito', cioè "hana" (fiore in giapponese): non bisogna dimenticare che la cucina giapponese tradizionale, oltre che il palato, deve soddisfare il senso estetico. Motivo per cui fanno parte del tempura ideale anche i piccoli mazzetti di noodles, legati con striscioline di alga nori che, una volta passati in pastella e fritti, si aprono a formare piccoli ventagli, croccanti e decorativi. Il tempura viene servito subito, ancora caldissimo, spolverizzato a scelta con: solo sale marino; con un mix di tè verde tritato e sale; con buccia di yuzu (agrume locale molto profumato, simile al limone) tritata e mista a sale; con daikon o zenzero fresco grattugiato oppure con la tipica salsa tentsuyu (nel riquadro). Oggi esistono in tutto il paese ristoranti specializzati in tempura, chiamati tenpura-ya. Dai più ricercati a cinque stelle alle più popolari catene di fast food, tutti servono numerose varianti della ricetta, per esempio il classico Kaki-Age (con pezzetti di verdura e pesci), lo Yasai Tenpura (solo verdure), lo Shòjin-Age (verdure e legumi) e l'Isobe-Age, con le alghe.

AUDITORIUM
PARCO DELLA MUSICA

taste®
OF ROMA







IL PIÙ GRANDE RESTAURANT FESTIVAL DEL MONDO ARRIVA A ROMA!

20 - 23 SETTEMBRE 2012 • AUDITORIUM PARCO DELLA MUSICA

Roma diventa la capitale del gusto!
4 giorni di eventi, 20 chef tra i migliori d'Italia,
12 top ristoranti della città, wine bar, show-cooking
e corsi di cucina... in uno scenario unico!

Scegli il gusto, vieni a taste of Roma!

Per info e ingressi vai su **www.tasteofroma.it**

Acquolina Hostaria in Roma · Agata e Romeo · All'Oro · Giuda Ballerino · Glass Hostaria · Imàgo Hassler Hotel · Il Convivio Troiani · Il Pagliaccio · L'Arcangelo · Magnolia Jumeirah Grand Hotel · Metamorfosi Restaurant · Ristorante Pipero al Rex











leiweb.it

HORECA

sale&pepe

sale&pepe

taste®
OF ROMA

TI REGALANO

Uno sconto del 15% sul costo dell'ingresso!

Scopri la cucina d'eccellenza a Taste of Roma!

PER BENEFICIARE DELLA PROMOZIONE VAI SU
WWW.TASTEOFROMA.IT,
INSERISCI IL CODICE
TASTE1
E ACQUISTA ONLINE IL TUO INGRESSO SCONTATO!*

*la promozione è valida per una persona e si riferisce al 15% di sconto sul costo dell'ingresso singolo pari a 16€

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



STAR PRESENTA "APRI FACILE"

Mare Aperto Star presenta "Apri Facile", nuovo sistema di apertura con una sottile ma resistente lamina di alluminio che garantisce la qualità del tonno e permette di aprire agevolmente la confezione senza sporcarsi e in totale sicurezza.



BUTTERFLY

Il nuovo burro Butterfly di Meggle rappresenta una novità assoluta in quanto abbatte drasticamente l'apporto di grassi. Con il 50% di grassi in meno, Butterfly conserva tutto il sapore del latte: è infatti un burro derivato esclusivamente da panne selezionate senza aggiunta di grassi vegetali, quindi totalmente a base di latte.



CONCORSO DELICIUS

Per partecipare al concorso "Mamma, guarda che buono!" di Delicius basta visitare il sito www.delicius.it e pubblicare una ricetta che preveda un prodotto Delicius. Le ricette più votate saranno inserite in un eBook dedicato e, alla coppia più creativa, saranno dedicate due pagine su Sale&Pepe Kids di novembre.



DA SIMPLY LIBRI SCONTATI

Fino a fine settembre in 173 punti vendita Simply, IperSimply e Punto risparmi il 20% sui testi per le scuole medie e universitari. Inoltre, è attivo il servizio di prenotazione on-line: sul sito www.simplymarket.it è possibile selezionare i libri di testo scegliendo il punto vendita per la consegna.



ZUPPE BUONGIORNO FRESCHEZZA

Le zuppe pronte "Buongiorno Freschezza" di Iper, La grande i sono preparate con solo verdure fresche di stagione, di origine italiana, insaporite con sale, erbe aromatiche e olio, senza l'aggiunta di conservanti, addensanti, insaporitori e altri additivi.



PASTE DI GRAGNANO ALCE NERO

Sono prodotte con grano duro italiano, delle varietà tradizionali, fra cui la Senatore Cappelli e la Saragolla, coltivato secondo i rigidi criteri dell'agricoltura biologica. La lavorazione avviene con un processo artigianale, con trafilatura ruvida a bronzo ed essicazione lenta.



FESTA DELLO SPECK ALTO ADIGE

Dal 28 al 30 settembre 2012, nello scenario meraviglioso di Santa Maddalena in Val di Funes, si festeggerà il decimo anniversario della Festa dello Speck. La festa nasce da un'iniziativa dell'Associazione Turistica Val di Funes, del Consorzio Speck Alto Adige e dell'EOS. Per informazioni www.speckfest.it



I FORMAGGI DI FATTORIA D'IRLANDA

I formaggi irlandesi, prodotti in tutto il Paese, esprimono le tipicità delle regioni in cui nascono. Inoltre, sono caratterizzati dall'assoluta unicità, dato che in molti casi ogni tipologia di formaggio è riconducibile ad un solo produttore. Per informazioni sui formaggi irlandesi: info@bordbia.ie



MERCATO DEL PANE

Tre giorni per festeggiare la decima edizione del Mercato del Pane e dello Strudel a Bressanone. Dal 28 al 30 settembre in piazza Duomo si diffonderanno le fragranze delle varietà di pane tipiche con il marchio "Qualità Alto Adige". Per informazioni www.mercatodelpane.it

NEL NUMERO DI OTTOBRE



PICNIC D'AUTUNNO

Un delizioso menu gourmand con i più genuini sapori di stagione - fichi, nocciole, formaggi e cioccolato - da gustare all'aperto nelle ultime giornate di sole.



TEMPO DI LEGUMI

Tra zuppe, sformati e sauté, idee inedite e saporose per riscoprire il piacere autentico di fagioli, cicerchie, lenticchie e ceci.



FUNGHI D'APPENNINO

Un itinerario che collega l'Emilia e i suoi pregiati porcini alla Calabria e ai cardoncelli, e passa per Lazio e Marche, dove sagre e feste sanno di bosco.

in edicola dal 20 settembre

SALE&PEPE

n. 9 SETTEMBRE 2012

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Mariateresa Carlucci carlucci@mondadori.it (caposervizio)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA
Loredana Maestri lmaestri@mondadori.it (caposervizio)
Cristina Papi cpapi@mondadori.it (caposervizio)
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca iconografica)
Francesca Cociancich segreteria.cucina@mondadori.it

PROGETTO GRAFICO
Roberto Porta porta@mondadori.it

HANNO COLLABORATO
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Fiammetta Bonazzi, Patrizia Cantoni, Monica Cattaneo, Marina Cella, Claudia Compagni, Ornella D'Alessio, Miriam Ferrari, Maria Paola Mancuso, Barbara Mantovani, Francesca Romana Mezzadri, Alessandro Pasinelli Studio, Chiara Patracchini, Antonella Pavanello, Michela Prandoni, Ornella Rota, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Mariarosa Schiaffino, Francesca Tagliabue, Sissi Valassina, Paola Volpari

Foto: Alkèmia, Marco Azzoni/MDA, Ilva Beretta, Adriano Brusaferri, Luca Colombo/Studio XL, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Stefania Sainaghi, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI
Servizio abbonamenti Volete fare un abbonamento o dovete segnalare un disservizio?
Sale&Pepe-Mondadori Casella postale 1440-20123 Milano, tel.199111999 per tutta Italia (e 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta; per i cellulari il costo varia in funzione dell'operatore); il servizio è attivo da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 18.30; fax 030-3198202;
e-mail: abbonamenti@mondadori.it internet: www.abbonamenti.it

Servizio collezionisti Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 199162171; fax 02-95970333
e-mail: collez@mondadori.it
Distribuzione Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I.
CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mondadori Pubblicità S.p.A.
SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 027542.1 - Fax 02/75422302.

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986.
MONDADORI PRINTING S.p.A., via Luigi e Pietro Pozzoni, 11, Cisano Bergamasco (Bergamo). Stabilimento di Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl.
Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387.
Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it





Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 7257 del 14 dicembre 2011



Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali



SALE&PEPE È ANCHE IN DIGITALE

Da oggi Sale&Pepe è anche un'app per il tuo iPhone e il tuo iPad! Scaricala dall'Apple store e potrai avere sempre con te ricette esclusive, raffinate ma semplici da preparare!



Per sfogliare Sale&Pepe su tablet e pc, acquista l'abbonamento digitale su www.abbonamenti.it.
Poi, scarica l'applicazione abbonamenti.it da Apple store (se hai un iPad) o da Android market (se hai un dispositivo Android). Puoi accedere alla rivista utilizzando username e password che hai scelto sul sito.
Costa 6,80 € per 3 numeri e 25 € per 12 numeri.

